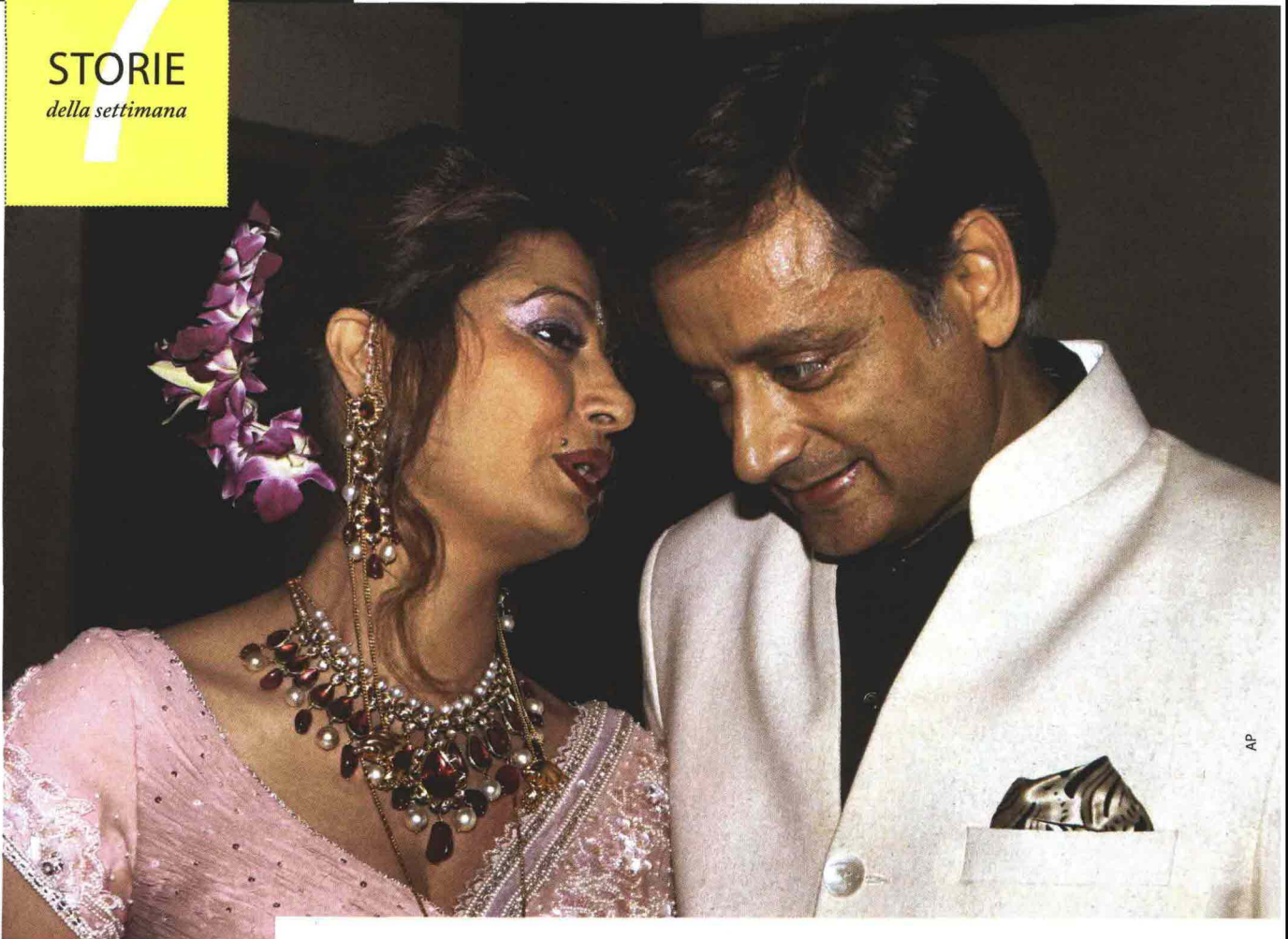


7
STORIE
della settimana

2



Sunanda Pushkar
Moglie tradita, la sua morte ora è un mistero

Chi era Imprenditrice, moglie del ministro indiano Shashi Tharoor, 57. Viene trovata morta a metà gennaio in un hotel di New Delhi, all'indomani dello scandalo: il marito l'ha tradita con la giornalista pakistana Mehr Tarar.

La crisi Sunanda aveva pubblicato su Twitter gli sms fra i due amanti, accusando la rivale di volerle portare via il marito. Pochi giorni dopo, la tragedia nell'albergo dove la coppia era andata temporaneamente a vivere, in attesa della ristrutturazione della loro casa. Sulla morte di Sunanda è ancora mistero totale.

Come superare una tempesta del cuore. Senza lasciarci la pelle

Lui se ne va e noi ci sentiamo morire. Succede anche a donne dalle molte risorse come Valérie Trierweiler, Demi Moore e Catherine Zeta-Jones. Concedersi il tempo per le lacrime è giusto. A patto di non autodistruggersi. «Se si soffre più di sei mesi c'è qualcosa che non va», avverte lo psichiatra Cesare Guerreschi, che in questa intervista ci svela i rimedi per superare le pene d'amore. Ma c'è anche chi, come Sunanda, può rimetterci la vita

di Gaia Giorgetti



Si cara, ti tradisco». E uno tsunami ti travolge. Valérie è rimasta fulminata, ha preso qualche calmante di troppo ed è finita in clinica per placare le pene d'amore. La signora non è una che non sa stare al mondo, ma anche lei è crollata: sapere che il tuo compagno da otto anni, *monsieur le président*, se la fa da due anni con un'attrice bella e giovane e, per di più, ti fa fare una figuraccia mondiale, può essere un dolore così forte da farti impazzire. Il mondo crolla, se finisce un amore. Si può persino morire, dopo aver scoperto la relazione clandestina di un marito. Sunanda, bellissima moglie del ministro indiano Shashi Tharoor, ci ha rimesso la pelle. Dopo aver scoperto che lui la tradiva con una giornalista pakistana, è riuscita a mettere le mani sui messaggi dei due amanti e li ha divulgati in rete. Poco dopo ha trovato la morte, per ora avvolta nel più totale mistero. Suicidio, incidente o delitto, fatto sta che non è certo l'unica donna sacrificata sull'altare della passione. Molte soffrono le pene dell'inferno in silenzio, senza gesti teatrali. Alcune celeb, esattamente come la

première dame, sono finite in ospedale: chi è dimagrita fino a diventare l'ombra di se stessa, come Demi Moore dopo la separazione da Kutcher. Chi, come l'attrice Zeta-Jones, è entrata in depressione. Donne alle quali sembra non mancare nulla. Eppure, se manca lui, crollano. Si può davvero stare così male per amore? Perché accade e come uscirne? Ci risponde lo psichiatra Cesare Guerreschi, direttore della Siipac, unica struttura italiana che cura le dipendenze, comprese quelle affettive (e autore di *Si può morire o ammalarsi d'amore?*, Franco Angeli).

Dottor Guerreschi, davvero si rischia la vita per la fine di una love story?

«Sì, se si verificano condizioni particolari. Vivere un amore in preda a una sorta di delirio, staccati dalla realtà, può portare a sofferenze indicibili quando la storia finisce, anche al suicidio o alla morte metaforica, affettiva e sociale: ci si sente una nullità senza il partner, ci si distrugge».

Fino a che punto?

«Fino a soffrire per un tempo troppo lungo: in questo caso la dipendenza affettiva è patologica e va curata». ▶

**Valérie Trierweiler
Lui ha un'altra, lei
non regge l'umiliazione**

Chi è Giornalista, 48 anni. Dal 2006 compagna del presidente francese François Hollande, 59, che per lei ha lasciato Ségolène Royal, madre dei suoi 4 figli.

La crisi Un giornale di gossip sbatte in prima pagina foto di Hollande con l'attrice Julie Gayet. Il giorno prima della pubblicazione, François dice a Valérie del tradimento. Lo choc è grande: «Mi ha umiliata davanti a tutta la Francia».

I sintomi Pressione bassa, depressione, rabbia: pare che abbia distrutto lo studio del presidente. Finisce in ospedale.

La cura Dopo il ricovero, va a riposarsi a Versailles. Su Twitter scrive ai suoi fan: «Grazie a tutti, sono molto toccata».

7

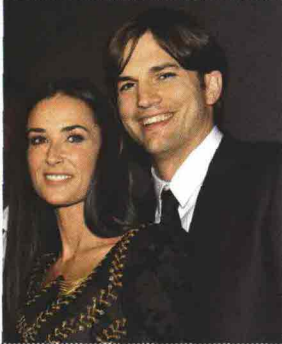
STORIE
della settimana



Catherine Zeta-Jones Senza Michael ricade in depressione

Chi è Attrice, 44 anni. Nel 2000 sposa Michael Douglas, 69. Hanno due figli.
La crisi Lei soffre di depressione bipolare, lui ha una dipendenza dal sesso. Poi Michael si ammala di cancro. Il matrimonio entra in crisi dopo la guarigione dell'attore. Nel 2013 iniziano a girare voci su una separazione.
I sintomi Durante la crisi lei conduce una vita regolata, fuma molto, non mangia.

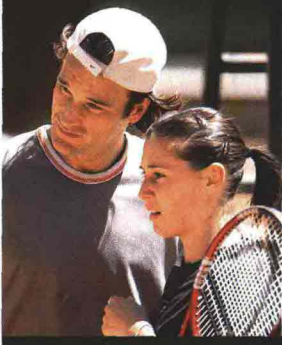
E ricade in depressione: non regge l'idea di separarsi dal marito, soprattutto perché lui sembra adattarsi bene alla sua nuova vita da single.
La cura La crisi matrimoniale rientra. Catherine vuole spazzare via i problemi di coppia con un gesto romantico: a San Valentino rinnoveranno la promessa di matrimonio.



Demi Moore Si è sentita abbandonata e ha abusato di farmaci

Chi è Attrice, 51 anni, tre ex mariti: il musicista Freddy Moore, l'attore Bruce Willis, dal quale ha tre figli, e Ashton Kutcher, 16 anni più giovane di lei, sposato nel 2005.
La crisi Il matrimonio con Kutcher comincia a scricchiolare nel 2011. Si lasciano nel 2012 e divorziano l'anno dopo. Lui ora ha una relazione con Mila Kunis.

I sintomi Demi dimagrisce moltissimo. Non regge il dolore per l'abbandono: sviene, ha problemi di disordine alimentare, fa abuso di alcol e di farmaci.
La cura L'ex marito Bruce Willis la convince a ricoverarsi in una clinica per disintossicarsi. Quando esce, vende l'anello di fidanzamento di Kutcher e vola in India per rinascere con la meditazione. Si consola con molti toy boy.



Flavia Pennetta Dopo il tradimento ha perso 11 chili

Chi 31 anni, è l'unica tennista italiana nella top ten mondiale. Una lunga love story con l'allora numero uno del tennis spagnolo Carlos Moyá, 37.
La crisi Lei scopre dalla copertina di un magazine che lui la tradisce con una velina spagnola.
I sintomi Scrive Flavia nell'autobiografia *Dritto al cuore* (Mondadori): «Ho sentito un

dolore fisico fortissimo. La sofferenza mi consumava dentro, anche per la figuraccia in mondovisione». Era diventata magrissima (11 chili in meno), brutta e provata: «Ero insensibile a tutto per eliminare il dolore». **La cura** Flavia ha capito la sua dipendenza: «Lo seguivo come un pifferaio magico» e ha puntato su se stessa, cercando di recuperare la gioia di vivere.

Che cosa ci succede dentro?

«Sembra che il mondo ci crolli addosso. Ma questo è il segno che non abbiamo un buon contatto con la realtà».

Ma pensare di non poter vivere senza di lui è patologico o normale?

«Pensare che un uomo rappresenti la soluzione di tutti i nostri problemi non è sano: spesso dietro c'è un vuoto affettivo che rende una persona fragile, alla continua ricerca di gratificazioni e di conferme».

Però è capitato a tutte di essere disperate per la fine di un amore.

«Soprattutto se la rottura arriva di netto, perché si vive il dramma dell'abbandono, che è come un vero e proprio lutto».

E quanto dovrebbe durare, di norma?

«Direi sei mesi, al massimo. Se si soffre di più, qualcosa non va».

Sei mesi a piangere?

«Si elabora il lutto proprio come quando muore una persona cara. La rabbia perché lui ci ha abbandonate, la disperazione perché

si pensa alla vita senza di lui, la vendetta perché si cerca di fare qualcosa per colmare la perdita. Le prime due fasi sono sane, l'ultima meno. Una cosa da non fare è colmare la mancanza cercando un'altra relazione. Non serve a niente: l'ideale è far passare due anni».

Poi?

«Bisogna riavvicinarsi alla vita, riprogettare, iniziando a pensare al futuro da sole».

Tradimento e rottura di un rapporto sono choc simili?

«Sì, in entrambi i casi si prende atto di un distacco».

Lei dice che è normale soffrire.

E finire in ospedale?

«Certe donne non sono tanto abituate a soffrire, hanno paura di star male. Nel caso di Valérie lo choc è stato addirittura doppio: ha perso l'amore e lo status sociale. In generale, le donne normali non si possono permettere di farsi ricoverare per un tradimento: anche se soffrono molto trovano le risorse da sole».

Dimagrimenti, abuso di farmaci. Come si

dovrebbe superare un trauma d'amore?

«Piangendo, senza averne paura, soffrendo per un tempo accettabile. Raramente si può ricorrere a qualche farmaco, senza abusarne. Non mangiare o bere sono gesti autolesionistici, che fanno parte della vendetta: farlo sentire in colpa e mostrare agli altri come ci ha ridotte».

Quali sono i sintomi veri del mal d'amore?

«Sentire di aver perso tutto e non avere più interesse per ciò che ci circonda. Aver voglia di piangere e stare isolati».

Rimedi sani?

«Dopo l'elaborazione del lutto, bisogna iniziare a pensare che tocca solo a noi raccogliere le forze e reagire, perché nessuno può farlo meglio. Bisogna ricominciare a mettere il naso fuori, vestirsi, andare al cinema: insomma, rimettersi in contatto con la realtà».

E i gesti simbolici possono aiutarci? Demi Moore ha venduto l'anello di fidanzamento.

«È il rito della spoliazione: eliminare ciò che ci procura ricordi dolorosi. Aiuta a cambiare scenario, ma non deve essere una vendetta». ■