

## Un cuore in trappola

La sveglia che suona e io mi ritrovo seduta sul letto, la bocca impastata dalle troppe sigarette della sera prima e la testa che ronza e rifiuta di dare al corpo l'ordine di muoversi. Dopo qualche minuto realizzo che un altro giorno sta iniziando, ripasso mentalmente il programma della giornata e decido di alzarmi. Inizio dal bagno, mentre mi lavo i denti alzo gli occhi verso lo specchio, che rimanda l'immagine di me, un volto che non riconosco più e dal quale fuggo. Ho perso il contatto con il mondo, ho perso la mia identità, sono una che fa le cose senza la consapevolezza dei modi o dei tempi, senza gioire più per il sorriso dei propri figli o per le carezze di suo marito. Sono due mesi che lei non c'è più, ma non riesco a credere che sia così, spesso prendo meccanicamente il telefono per chiamarla, compongo il numero e poi... mi accorgo che è inutile, lei non risponderà più alle mie chiamate. Quel tempo è finito e non l'avrò più indietro, vivo come se mi mancasse sempre qualcosa, come fossi sempre alla ricerca di un elemento a me necessario, mi sento sola e sperduta, demoralizzata dal fatto che non c'è niente che io possa fare per ripristinare l'ordine giusto delle cose, per ritornare a tre mesi fa, per poterla ancora odorare, toccare, ascoltare... per godere della sua compagnia, per godere di colei che mi ha messo al mondo quarant'anni fa.

Arrivare in cucina è la parte più faticosa della mattinata, marito e figli sono lì riuniti per la colazione e parlano, parlano... cerco di rendermi invisibile, di non interagire con loro, mentre mi preparo il caffè. A volte riesco a sgattaiolare in terrazza con tazza e portacenere e godo del silenzio della campagna, della luce fioca del mattino e della solitudine. Stamani non è decisamente una di queste giornate, mio marito Giacomo è più ciarliero del solito, mi elenca i compiti della giornata: "Guarda che oggi Luca ha la partita di basket, devi accompagnarlo, alle tre, capito? Alle tre! Poi dovresti anche fare la spesa, cavolo anche il latte è finito...blablabla" Non lo sto ascoltando più, ma non riesco ad andarmene, allora annuisco in modo stupido e cerco di fare la faccia interessata, come crede che riesca a ricordarmi tutto, come faccio ad interessarmi a queste cose, se neanche so se voglio arrivare a domani?

Ho deciso di darmi malata e di non recarmi al lavoro... ora la casa è vuota, i figli sono a scuola e il marito a fare il suo onorevole lavoro di impiegatuccio bancario, mi sento meglio... nel silenzio della solitudine ritrovo i colori e i rumori a me famigliari e mi faccio distrarre da ciò che vedo da quel rifugio abituale del terrazzino di casa. Vedo Pina con le borse della spesa, oggi è sola, avrà lasciato i figli alla suocera che abita al piano di sopra... sì sicuramente sono con lei, sento le loro urla e i loro pianti... Quanti capricci fanno quei bambini, non sanno proprio educarli, i miei alla loro età erano più disciplinati... ricordo che quando Linda aveva tre anni mia madre la portava sempre a fare lunghe passeggiate, i suoi piedini piccoli camminavano per ore contenta di godersi la fantasiosa compagnia della nonna, che l'allietava con canti o storielle, quando non ce la faceva più a camminare per la stanchezza indicava col suo ditino una panchina nelle vicinanze e diceva: "Nonna, guarda che bella quella panchina!"... niente pianti, niente urla, niente capricci... solo un velato desiderio di sedersi all'ombra a riposare! Invece questi miei dirimpettai sono così chiassosi... vero è che Carlo mi ha detto che Giulia le ha detto che uno dei due bimbi è celiaco... forse è uno dei motivi del loro nervosismo, vivere senza dolci e pasta dev'essere un tormento!

Ma come si è vestita Pina oggi? Quel maglione la fa sembrare una botte! Forse è ingrassata... certo stare tutto il giorno senza fare niente fa ingrassare sicuramente! Non capisco come faccia a non lavorare, io non potrei fare solo la casalinga, poi figurarsi... hanno la donna che quotidianamente fa le pulizie in casa, il giardiniere che taglia l'erba... a parte cucinare e educare male i figli cosa le resta da fare? Certo,

però è una delle donne di punta della parrocchia, se ne sta tutta impettita ed elegante nelle giornate di messa a leggere le sacre scritture con quella sua voce stridula... e poi i convenevoli dopo la messa, saluta questo, chiacchiera con quell'altro... che fatica! Il parroco della mio rione offre ogni domenica dopo la messa dei piccoli rinfreschi che radunano i fedeli nel cortile della sacrestia... tutto il buffet casalingo è preparato dalle dolci mani delle parrocchiane, che sfoggiano la loro arte culinaria per mettersi in mostra... odio queste ipocrisie, questo distinguere tra fedeli di serie A e fedeli di serie B, questa popolarità da provincia... a volte preferirei vivere in una grande città, dove l'anonimato della folla non crei disuguaglianze.

Le fitte griglie della ringhiera mi nascondono alla vista dei passanti, ma non basta a rendermi del tutto invisibile, Mario avanza con passo veloce alzando la mano in segno di saluto: "Ciao Demetra!"... cavolo! Come ha fatto a vedermi? Quello ha un radar! Rispondo timida al saluto del *Tedesco*, lo chiamiamo così qui nella via, perché ha lavorato per molti anni in Germania quand'era più giovane. Tuttora decanta l'efficacia dell'economia germanica, la loro precisa e puntuale organizzazione del lavoro... perché non ci è stato in Germania mi domando io! Anche l'abbigliamento ricorda un po' quella nazione, sandali e calze, pantaloni rossi al ginocchio e pullover verde, che sia daltonico?

Resto così, inconsapevole del tempo che passa, una sigaretta dopo l'altra e nessuna voglia di muovermi... la mia mente vaga nei ricordi di quando da piccola giocavo nel rione con gli amici, sudata e felice correvo con una bicicletta troppo piccola per la mia età e sperimentavo con mio fratello, più piccolo di me di un anno, la cattura degli animali più insoliti: orbettini, raganelle, persino ragni e pipistrelli! L'urlo di mia madre ci richiamava al dovere, subito a casa a lavarci e cambiarci e poi a tavola tutti riuniti. Il cibo ha sempre rappresentato una festa per me, mia madre cucinava benissimo e ciò che non dava in carezze dava in nutrimento. Certo non potevamo permetterci dell'affettato o del pesce, ma melanzane impanate e dolci casalinghi riuscivano a riempire dignitosamente la pancia! Ora il paesaggio è cambiato, c'è meno verde e la vecchia casa popolare dei miei è diventato un comprensorio di villette a schiera... ma resta il mio rione e la mia città, questa piccola cittadina a cui sono tanto affezionata. Quand'ero giovane avrei voluto fuggire lontano, Gorizia non offre niente ai ragazzi che vogliono divertirsi, niente discoteche, niente ritrovi giovanili (a parte le parrocchie), niente di niente! Poi quando avevo vent'anni doveti trasferirmi per lavoro a Torino... vi rimasi due anni e fu un tormento. Non riuscivo mai a sentirmi a casa, non riuscivo ad ambientarmi... e poi non c'era il mare, non c'erano i miei monti, non c'erano le mie origini. Ricordo quando qualche collega stupido chiacchierava in dialetto piemontese in mia presenza, mi sentivo esclusa, estranea... non capivo niente e maledicevo quel lavoro che mi aveva portato lontano da tutto ciò che amavo. Tornare a casa per le ferie era una festa, mia madre mi cucinava i miei piatti preferiti e io passavo quei pochi giorni a girovagare per città in cerca dei miei amici di sempre... annusando l'odore di casa, impregnando i miei polmoni di quell'essenza dolce del Nord-est che mi avrebbe accompagnato nel viaggio di ritorno e nella permanenza in quella città, che mi aveva costretto lontano per motivi di lavoro. L'agonia nella lontananza durò due anni e il rientro fu dolce ed entusiasmante... dopo solo due mesi conobbi Giacomo, mio marito e in meno di un anno eravamo sposati e aspettavo Linda... mi sentivo una donna realizzata... stringere quella manina paffuta mi rendeva felice e mi riempiva la testa di progetti per il futuro. Dopo quattro anni arrivò anche Luca, da piccolo era così bravo che dovevo stare attenta a non dimenticarmelo da qualche parte... l'unica cosa che reclamava a pieni polmoni era il pasto... tutto il resto invece gli andava bene comunque!

Porca miseria sono già le 13.00, fra dieci minuti arrivano i miei studenti affamati... rientro in casa in tutta fretta, lo specchio in soggiorno riflette la mia immagine, sono

ancora in pigiama, sul volto i segni neri del trucco del giorno prima e lunghi capelli disordinati ormai bianchi sulle tempie mi donano un'aria malinconica. La casa è un disastro... piatti e bicchieri ovunque, ciabatte gettate sul tappeto e i bisognini del cane sul tappeto... non posso crederci, ha ormai cinque mesi e non ha ancora imparato dove lasciare i suoi ricordini... Il campanello suona, Linda e Luca trascinano faticosamente i loro pesanti zaini, stanchi e accaldati dal sole di maggio, si guardano attorno rassegnati e iniziano a riordinare rassegnati, mentre aspettano che l'acqua per la pasta bolla. Sento che Luca sussurra sottovoce a sua sorella: "Anche oggi mamma non ha fatto niente, ma sta male sempre?"

"Zitto, che ti può sentire" risponde Linda secca. Io mi sento inutile, il fallimento pesa come un macigno sopra le mie spalle... ritorno sulla terrazza... a tenermi compagnia portacenere e sigarette...

"Mamma hai dato da mangiare a Perla?" mi interroga mia figlia

"No... la scatoletta è in frigo, gliela dai tu?"

"Guarda che è finita! Andiamo a fare la spesa oggi?"

Non rispondo, andare al supermercato mi sembra una fatica enorme oggi... tutta quella gente che mi guarda... tutto quel pensare cosa prendere o cucinare...

Linda compare sul terrazzo, ora mi sgrida come fossi una bambina... "Ora vai a lavarti il viso, fra cinque minuti si mangia, dai mamma vai!"

"Non ho fame... mangiate pure voi..."

"Mamma coraggio andiamo... fammi il piacere... dai!"

"Va bene, andate voi... adesso arrivo..."

"Guarda che se non vieni torno a prenderti!"

Suona come una minaccia e so che lo farà, alzo il mio culo pesante dalla sedia e mi trascino in cucina, Luca mi guarda sorridente, mentre Linda mi riempie il piatto. Mangio in silenzio, mentre loro chiacchierano della giornata a scuola, i loro tentativi di coinvolgimento cadono nel vuoto... la loro vitalità non riesce a contagiarmi, ma mi dà una sensazione di nebbia alla testa, che vortica sempre più pericolosamente... mi alzo di scatto e in un attimo sono nel letto... avvolta dalle lenzuola mi sento al sicuro, dei loro impegni sportivi, della spesa e dei compiti ora non mi importa niente... l'oblio del sonno scende come una coltre di morte, di quella morte che è un non vivere!

Giacomo arrivò fischiettando alle 19.30, ben oltre la fine dell'orario di lavoro, aveva un'aria felice e spensierata, ignara della nebbia che aleggiava in casa. Io ero ancora in letto, anche se non dormivo affatto, ma stavo lì immobile in una specie di coma vegetativo....

"Dov'è mamma?" chiese alla mia figlia maggiore

"Dorme...."

"Dorme? A quest'ora dorme? Sta male?"

"Sta sempre male" rispose Luca indispettito del fatto che non l'avevo accompagnato a basket.

Non aggiunse altro e si fiordò immediatamente in camera matrimoniale, accendendo la luce con fare deciso... non prevedevo niente di buono, ma non avevo niente da perdere... niente per cui lottare... niente che mi interessasse veramente...

"Stai poco bene?"

"Non so..."

"Cosa vuol dire non so... spiegati! Non può andare avanti così, bisogna che reagisci, che ti scuoti.. è troppo tempo che vegeti in questo modo... mi spaventi e... spaventi i bambini!"

Odiavo quel tono di voce, odiavo questo suo pretendere che io stessi meglio... crede forse che non ci abbia mai provato? Non si rende conto che, se sto così, è perché ho esaurito tutte le forze possibili?

“Dimmi almeno cos’hai... dai... ti prego parlami... Parliamone...” crollò seduto sul letto mentre lo diceva, sembrava stesse scoppiando a piangere, i suoi occhi erano umidi e tristi, la moglie faccio-tutto-io che aveva sposato non c’era più, al suo posto uno zombie non troppo convinto.

La mia risposta lo colpì come uno schiaffo: “Voglio morire!”

“Cosa stai dicendo? Ma cosa dici?”

“Voglio morire... sono un peso per te e per i nostri figli... che senso ha la mia vita? Senza di me stareste senz’altro meglio!”

“Non puoi dire questo... non puoi...” i suoi occhi roteavano confusi, la tristezza di prima divenne panico, io non volevo ferirlo, ma era giusto sapesse come mi sentivo, cosa provavo...

In un attimo era in piedi a fianco di me, il cordless in mano... “Sì, è per mia moglie, la prego venga subito, non l’avrei chiamata a casa se non fosse urgente... è che io non so cosa fare...”

La fortuna di abitare in una piccola cittadina di provincia! Il nostro medico di famiglia era una splendida donna provata da alcune grave malattie personali che le avevano donato una sensibilità fuori dalla media... passava tutto il giorno fra ambulatorio e visite domiciliari e, anche quando era a casa, potevi chiamarla per motivi veramente urgenti... Aveva visto i miei figli crescere e aveva visto me invecchiare assieme a lei... l’espressione del suo volto trasudava empatia per i pazienti più sfortunati, che non esitava a soccorrere anche fuori orario.

Quando arrivò Giacomo l’accompagnò in camera da letto, spiegandole confusamente l’accaduto... ma non ce n’era bisogno, quando mi vide capì da sola quale triste mostro mi aveva catturato. Si sedette accanto a me e, mentre mi teneva la mano, io crollai in un pianto diretto, lacrime che non sapevo di avere, dolori che vomitavo nella triste speranza che mi avrebbe capito, che lei era la persona giusta per ascoltare i miei tormenti...

Quando mi fui un po’ calmata lei prese la parola, cercando di gestire questa situazione, che ormai aveva perso ogni controllo... “Allora Demetra, non devi spaventarti... queste sono cose che succedono a noi donne... siamo le custodi della maternità e vigiliamo sempre sulla famiglia... a quest’età un cedimento è un po’ fisiologico, ma ne uscirai senza problemi... Dai Demetra in pochi mesi ti rimettiamo in piedi!”

Io continuavo a singhiozzare, ma mi sentivo meglio, qualcuno si stava prendendo cura di me... io avrei lottato, ci avrei provato almeno.

“Ora ti lascio il numero di una brava psicologa... ha la segreteria sempre accesa... lasciale un messaggio, ti richiamerà subito lei per fissare un appuntamento... intanto ti do’ un blando antidepressivo, ecco la ricetta... lo compri subito Giacomo, ne ha bisogno stasera!” Mentre Giacomo usciva per andare in farmacia, sentivo che sussurrava a Linda di tenermi compagnia finché il padre non fosse tornato e di non preoccuparsi, perché sarei stata meglio in poco tempo...

“Ciao Demetra... fammi sapere, passa in studio o telefona se hai bisogno, va bene? Ciao ragazzi, siate buoni con mamma finché non si rimette...”

Linda stava lì seduta vicino a me, giocherellava con le mie dita, ma non diceva niente, mentre Luca non aveva il coraggio di entrare nella stanza e stava in piedi appoggiato allo stipite della porta con la faccia seria. Poi Linda non resistette al silenzio: “Mamma, hai bisogno di qualcosa? Ti faccio un tè o una camomilla?”

“Grazie amore, sto bene così... raccontami di te e di come è andata a scuola stamani”

“Cosa vuoi che ti dica?”

“Vedi tu... quello che vuoi”

“Stamattina la prof di inglese è impazzita! Ha messo delle note a tutti!”

“Anche a te?”

“No, a me no. Il fatto è che aveva dato dei compiti per casa, ma siccome non li controlla mai nessuno li ha fatti e si è arrabbiata tantissimo”

“Ma tu li hai fatti, vero?”

“Sì, io sì... sai quanto mi piace studiare l'inglese...”

“A me per niente” intervenne Luca, che ora aveva preso coraggio e si era seduto sul letto accanto a me, mentre parlava mi aggiustava il lenzuolo e mi spostava i capelli dalla faccia, lo ringraziai con un sorriso e lui ricambiò con un bacio. Il mio tenero ragazzo così affettuoso e così tenero e la mia splendida donnina così matura e responsabile... mi resi conto di quanto amavo i miei figli e di come desideravo riessere quella buona madre che meritavano. Mi resi conto che la voglia di morire era reale, ma destinata a quella sconosciuta che abitava da tempo nelle mie viscere e che mi consumava lentamente... dovevo scacciarla e lasciare il posto ad una nuova donna, che sarebbe risorta dalle sue ceneri come una fenice.

L'arrivo di Giacomo interruppe i nostri discorsi, era subito più sollevato nel vedermi assieme ai bimbi e nello sguardo aveva la determinazione di chi non abbandonerà facilmente questa battaglia d'amore! “Luca vai a prendere un bicchiere d'acqua che mamma deve prendere la medicina” Luca corse in cucina orgoglioso di essere partecipe di questa mia guarigione e Linda mi osservava pensierosa mentre deglutivo la pastiglia.

“Ora si va a cena, facciamo la pizza! Demetra vieni in cucina con noi?”

Non potevo rifiutare e una parte di me neanche voleva rifiutare... mi feci forza e mi sedetti in cucina, la medicina stava facendo effetto, mi dava uno strano senso di pace, anche se mi lasciava un po' intontita... l'appetito arrivò e mentre mangiavo, osservavo i miei famigliari stranamente allegri e sollevati da questa mia presenza silenziosa, Linda era seduta accanto a me e non cessava di toccarmi... la mano, il braccio, la gamba... sembrava non volesse interrompere questo contatto per paura che svanissi come un'apparizione destinata a durare poco. Luca rideva rumorosamente scherzando con il padre, ma osservava continuamente le mie reazioni e ogni volta che finivo l'acqua me ne versava altra, mentre diceva: “Sono il suo cameriere personale, chiedi pure signora... sono qui per servirla...” Risi divertita di quello strano gioco, ma nel profondo del cuore provavo una gran pena per la preoccupazione che stavo causando agli amori più importanti della mia vita.

Nei giorni seguenti realizzai che le medicine mi davano la forza di alzarmi dal letto alla mattina e di eseguire meccanicamente i lavori domestici, ora quando tornavano a casa i miei figli, trovavano la tavola apparecchiata e il pranzo pronto. Non riuscivo ancora ad uscire di casa, avevo paura, paura che qualcuno si accorgesse di me, vedesse quanto ero brutta e deforme... perché anche se non lo ero veramente, mi sentivo così e temevo che qualcuno lo notasse e provasse schifo per me.

Il terrazzo era il mio contatto con il mondo, stavo lì per ore ad osservare la gente passare, a sognare quando anch'io avrei camminato con i miei figli per quella strada, indaffarata e indifferente dei dolori della mia misera vita. Un pomeriggio vidi passare mio padre, mi affacciai per salutarlo e lui urlò: “Mettili su un caffè?”

“Sì, vieni su...”

Perla lo raggiunse scodinzolando... gli faceva un sacco di feste e lui ne era contento... quando fummo soli in cucina decidetti di metterlo al corrente della situazione: “Papà vedi è un po' di tempo che non sto bene... ho visto la dottoressa, dice che sono depressa... ora sto prendendo dei farmaci e domani ho il mio primo colloquio con la psicologa...”

“Sono tutte scemenze... a cosa serve lo psicologo? Devi farti forza da sola! Credi che io non sia stato depresso quando è morta la mamma? Credi che non avrei voluto morire anch'io... beh ho reagito, da solo... la vita va avanti...”

“Ma se io non riesco a risollevarmi da sola non c'è niente di male a chiedere aiuto...”

quando ti rompi una gamba non vai dall'ortopedico?"

"Cosa ti manca? Hai un marito che ti ama, due splendidi figli... devi farti forza per loro, vivi per loro!"

"Tu non capisci... tu non capisci..."

Divenni subito triste, come si permetteva di dirmi queste cose? Andare dal psicologo non era già vivere per loro? Come poteva essere così insensibile, come poteva essere così cieco? Non provava neanche un po' di pietà per me? Non riusciva ad immedesimarsi, non riusciva a soffrire per qualcun altro... Quando il discorso di fece più impegnativo, lui si alzò dalla sedia come se scottasse e se ne andò. Scoppiai in un pianto a dirotto, non capivo bene il motivo di tale sfogo improvviso, ma mi lasciai andare al suo impeto.

Giacomo rientrò presto dal lavoro, cercava di non fare più gli straordinari per starmi più vicino... ora mi ascoltava, cercava di capire, mi dedicava del tempo e io iniziai a lasciarmi andare. Gli raccontai la visita di oggi pomeriggio e la reazione spropositata alle parole di mio padre, lui ascoltava serio e commentava con partecipazione: "Forse hai capito che tipo di uomo è... forse vedevi in lui un uomo diverso... migliore... ora sei delusa, credo tu l'abbia troppo idealizzato quando eri piccola"

Sapevo che aveva ragione, lui era il mio eroe, con lui mi sentivo amata e protetta... ma mi amava veramente? Può un uomo che ti ama comportarsi così, con fredda indifferenza davanti al crollo psicologico della figlia? E' come se la morte di mia madre, vero e unico punto di riferimento familiare abbia fatto calare il velo che lo ricopriva per rivelare un uomo diverso, debole ed egoista, freddo e insensibile... ma i miei ricordi di bambina? Erano solo un'illusione ingenua? Non sapevo darmi una risposta... non ancora!

Entrai nel portone della dottoressa nascondendomi ai passanti, come una ladra... si trovava nella piazza centrale della città e quando vivi in una località così piccola ti capita sempre di incontrare qualcuno che conosci. Non ero proprio pronta a dare spiegazioni sul mio stato di salute, per quanto moderni si possa essere, certi problemi psicologici vengono sempre vissuti come una vergogna, come un male oscuro da tenere nascosto ai più.

La psicologa è un concentrato di femminilità e buon gusto, lo studio è arredato con cura... divani rosa e cuscini bordò con ricami, mobili antichi e grandi quadri con delle belle cornici intarsiate. La dottoressa era una bella donna sulla cinquantina, era molto piccola di statura, ma compensava questa sua lacuna con un carattere deciso e ironico. Mi accolse affettuosamente "Ciao *picia*... vieni, vieni... raccontami tutto", mi trattava come una bimba piccola e io un po' mi ci sentivo, era la madre che mi mancava, la figura genitoriale che avevo perso, il lutto al quale non sapevo rassegnarmi. Ora toccava a questa splendida specialista dell'anima l'arduo compito di farmi crescere, di rassicurarmi davanti alle difficoltà di genitore, di moglie o di amica o semplicemente di donna... toccava a lei sconfiggere i fantasmi del passato e riequilibrare i miei bizzarri umori... io dal canto mio non avevo paura, ero pronta ad affrontare ogni difficoltà, ero pronta a scoperciare quel vaso di pandora del mio passato, pronta a soffrire e a gioire per gli anni a venire, pronta a vivere, di nuovo vivere!