

IL NATALE DI NOI STRANI ZATTI MOMO

Penso a volte - troppo spesso - che il bagaglio della mia vita non sia indifferente ... che mi sembra di avere vissuto tante vite e che a volte forse io non ne ho più la voglia, né la forza. Sono marchiata di segni pesanti: soprattutto la droga, l'alcol e la psichiatria; tracciati bene in rosso sul quaderno della mia memoria. Me li vedo lì ogni mattina quando apro gli occhi, li ricordo in ogni istante della giornata, quando compare un problema, un imprevisto; ricordarli mi serve per non ricaderci, per essere forte. E li riguardo la sera e mi dico: ok, anche oggi ce l'abbiamo fatta. Poi arriva la notte di Natale. Non è solo regali o auguri, ma la consapevolezza di credere: anche quando sei in psichiatria, legata, e non hai niente e nessuno, anzi, proprio lì, hai un disperato bisogno di agganciarti a qualcosa, che sia ultraterreno, spirituale o altro; agli amici cari, che ormai sono tutti di là. Ne ho persi troppi... troppi. Agganciarmi a loro, cercarli, parlare con loro mi serve per credere di potercela fare ... Credo che il Natale sia il punto debole di tanti ... Il momento in cui il passato entra prepotentemente nella vita di ognuno di noi e si accomoda a metà tra te e l'albero di Natale ... Forse per questo non lo faccio. Ma in quel mare di lucette intermittenti, lui, il Natale, si diverte ad accendere e spegnere mancanze e ricordi, illuminando tutti quei vuoti e quelle assenze. Non importa quanto tu sia diventata forte e indifferente al dolore, lui riesce sempre a trovare il punto debole nella corazza che ti sei costruita. Colpisce aprendo antiche ferite, che ogni anno ricominciano a bruciare ... Perché io il Natale l'ho sempre passato a lavorare, sempre con 500 persone da servire. Ti raccontano che in quel giorno dovresti provare il calore e l'amore di una famiglia, ma io ero sola, con il dolore dell'assenza di qualcosa... forse di mia nonna; e mi rendo conto che è morta da vent'anni e che da allora più nessuno ha accarezzato il mio viso. Senza contare le altre ferite che mai si sono chiuse e mai si chiuderanno. Il Natale mi porta a pensare che da oggi aspettiamo la Pasqua; e da Natale a Pasqua è una via crucis, come la nostra vita. Ma ci viene raccontato il miracolo e quindi noi impariamo a credere di potercela fare, superiamo ostacoli. Questo diventa anche la nostra forza. Guardo il mio cammino: dopo una serie di momenti difficili, mi è stata consigliata una clinica psichiatrica; per riposare, per riprendermi ... Mai avrei pensato ... mai. Da un po' avevo ripreso a tagliarmi, sono autolesionista sin da piccola. Ero lì, chiusa fra quelle stanze, con quei vetri antisfondamento che aprivano solo infermieri e medici ... Questa cosa mi mandava in bestia e allora mi procuravo ferite più importanti, a cui seguivano terapie sempre più forti, contenimento, fino a cose mai viste. L'elettroshock, la camicia di forza...sei immobilizzata, tranne la testa e le gambe. E la rabbia esplode; cammini avanti e indietro e

cominci a picchiare la testa contro il muro. Sangue ovunque. Più loro alzavano il tiro, più io davo di matto. Più io davo di matto, più loro alzavano il tiro. Mi sono risvegliata un Natale in psichiatria. Desolante, triste. Eravamo sedati, soli. Ma eravamo insieme; fra di noi c'era una comunicazione, spesso non verbale, diversa da quella di tutti gli altri. In quel momento era come stare in un altro Paese; avevamo un altro modo di comunicare, ma tra noi ci capivamo. Poi per due anni mi sono svegliata in comunità a Natale. Il primo difficilissimo. Mi sono trovata completamente sola, chiusa fra quattro mura, un fisico irriconoscibile, col pannolone, inerme. Ma anche in quel caso devi credere, non devi mai mollare la speranza, devi nutrire la tua parte spirituale con i gesti. Aiutare gli altri aiuta te stessa. Il secondo è stato un Natale vero; forse non l'avevo mai avuto un Natale di condivisione, di cose per me, per noi; incredibile ed indelebile. Perché con la mia famiglia non l'avevo mai fatto un Natale: lavoravamo nella ristorazione, e l'albero era solo per i clienti, si faceva solo al ristorante, non a casa. Io non sapevo che il Natale fosse una festa anche per me, per noi. Era solo una festa per i clienti. Allora ripenso a quei Natali in psichiatria e anche la psichiatria manca ... là sapevi di essere di qualcuno, forse. Là ho imparato molto a osservare e creare nuovi mondi. Nei momenti in cui potevamo scendere in cortile, guardavo dov'era la mia finestra, cosa vedevo, e cercavo di fissare nella mente il paesaggio per dopo, quando le porte si chiudevano e le finestre erano sigillate. E il periodo natalizio aveva anche qualcosa di pauroso in ogni senso, per l'assurdo silenzio che provocava la neve, così soffice. La neve ti insegna a cadere senza farti troppo male; come fossero prove di volo, confuso con le urla e i canti e i pianti dei miei compagni. Allora osservavi le luci, cercavi di focalizzare l'immagine sulle moltitudini di luci e di giocare con la testa, la fantasia, i ricordi ... E imparare a fare dei giochi diventava la tua modalità per affrontare le situazioni difficili che ti si presentavano. Le cose che non ti piacciono o non vorresti fare le trasformi in gioco mentale. Questo è molto altro significa il Natale per noi strani, per noi diversi ... per tutte quelle persone che hanno lottato per una vita e si trovano sole e spaesate, mentre gli altri a casa festeggiano; ma non è Natale quella sceneggiata delle famiglie che vanno a festeggiare e non sanno per cosa. Per noi strani, ogni giorno, ogni giorno della nostra vita è la nascita, è il nostro Natale, perché ci svegliamo ed apriamo un cerchio che chiuderemo a sera. E ogni giorno ci ciberemo di ciò che abbiamo fatto, anche dell'errore più grande. Ma tutti gli insegnamenti che ci porta questa parola, questo giorno, non siano vani. Credere è fondamentale per noi stessi, imparare a credere in noi stessi e farne una forza, senza arrenderci, perché il giorno in cui non crederai più in te stessa sarà la fine. Sono passati sedici anni dal mio ricovero in psichiatria. Il percorso di nascita che ho cercato di compiere da allora, il mio Natale, è fatto di tanti piccoli

passi, per ricominciare ad assaporare il piacere di ri-sentire emozioni, ricordare vissuti ...
Ritrovare una sorta di serenità, necessaria per poter prendere delle decisioni di vita, per re-
imparare ritmi, vedere gente, condividere il lavoro, il pranzo, viaggiare in treno. Riprendere
il cammino. Vivere.