

“L’arcobaleno dopo la tempesta”

Non avrei mai pensato di dire una cosa del genere. Soprattutto quando stai male è letteralmente alla fine dei tuoi pensieri. La me adolescente, con gli attacchi di panico, che si ostinava a non mangiare, dava per scontato quello che è il più grande dono.

Caro diario, come ogni sera i miei genitori, dopo cena, hanno iniziato nuovamente a litigare. La situazione sta iniziando a diventare insostenibile e i miei attacchi di panico non fanno che aumentare. Anche a scuola la situazione non è delle migliori, non faccio parte di un vero e proprio gruppo di amici, cosa che mi fa sempre sentire esclusa e in difetto. Le mie compagne di classe sono tutte belle e io in confronto a loro mi sento uno schifo. Tutti i miei coetanei, il pomeriggio, escono a divertirsi insieme, a differenza mia che me ne sto chiusa nella mia stanza cercando di calmare l’ansia. Insomma caro diario, inizio a pensare che tutta la mia vita sia inutile; non porto mai nulla di buono e nessuno tiene a me. Se solo avessi il coraggio, me ne andrei. Farei un favore a tutti andandomene, compresa me stessa.

Caro diario, la situazione non cambia mai, vivo in un continuo loop: sveglia, scuola, casa, urla e ansia. Un vero schifo, tutte le giornate sono uguali e i minuti diventano ore, non c’è nulla che mi piaccia tranne scrivere. Scrivere è la mia unica via d’uscita, la mia terapia, la mia valvola di sfogo. Spesso mi ritrovo a notte fonda nel letto a scrivere tutto ciò che mi passa per la mente. È l’unico momento in cui tutto è in ordine, dove l’ansia scompare e sono io ad avere il controllo di ciò che accade. Il controllo non ce l’ho però quando, dopo cena, ogni sera, finisco in bagno a rimettere ogni cosa che la mia bocca abbia toccato. Oramai non mangio neanche più. A scuola iniziano a dirmi che sto dimagrendo, anche se non vedo cambiamenti e la mia immagine allo specchio riflette esattamente l’opposto. L’unico che sembra ci tenga a me è nonno. Si mostra forte, per aiutarmi, ma so che la sua malattia sta peggiorando e l’unico bisognoso d’aiuto è proprio lui. Non poterlo aiutare mi distrugge.

Caro diario, il nonno non fa che peggiorare, fino a qualche settimana fa, andava a passeggiare dopo pranzo ma ormai non riesce nemmeno a reggersi in piedi. Nonostante tutto è sempre felice e sorridente, anche se dentro è rotto. Il nonno, sembra comportarsi come se nulla fosse, cercando di indossare una maschera che non gli appartiene. Se potessi gli darei in dono la mia stessa vita, anche se non è possibile.

Caro diario, questa mattina sono stata svegliata dal rombo dell’auto e da mia madre che irrompeva nella stanza intimandomi di muovermi; venti minuti dopo mi trovavo nella sala d’attesa dell’ospedale della mia città. Il nonno aveva avuto una crisi respiratoria seguita da un attacco cardiaco e ora “sopravviveva” solo attaccato a innumerevoli macchinette. Ci avevano chiamato per chiederci se lo volessimo con noi ancora per qualche giorno o lasciarlo andare nelle mani del destino. Dopo circa un quarto d’ora in sala d’attesa, un dottore sulla cinquantina ci ha chiesto di seguirlo verso la stanza di nonno: il mio peggior incubo non era nulla in confronto a ciò che vidi una volta entrata in quella maledetta stanza. Il nonno era disteso sul lettino dell’ospedale, bianco come un fantasma e magro come mai l’ho visto. Iniziai ad avanzare lentamente verso il nonno e quando mi sedetti, sentii la mano del nonno sfiorare la mia. Io gliela presi e lui la strinse debolmente regalandomi un ultimo sorriso. Caro diario, dopo tutte quelle pagine in cui parlavo dei miei problemi e turbamenti, credo finalmente di aver qualcosa di felice da raccontarti. Ieri è passato un anno dalla morte del nonno. Molte cose sono cambiate: sono uscita dal loop dell’ansia, ho ripreso a mangiare bene, ho infatti un bellissimo rapporto con il cibo e con il mio corpo. Credo anche che, nonostante tutte le difficoltà che ci si possa trovare davanti, una via d’uscita ci sia sempre. Non dico che sia semplice, ma dico che almeno c’è.