MARIS VOZZA

Storie di CONSAPEVOLEZZA

3 racconti brevi

Cosa mi muove a scrivere

Riuscire a fermare attimi di vita, istanti di bellezza è per me parte di un allenamento all'attenzione che diventa, una volta reso pubblico, un invito a fare altrettanto.
L'esercizio di porre attenzione consapevole nelle azioni di tutti i giorni, ci dona profondità nell'esperienza dell'esistere ed una migliore qualità della vita.
Capita a tutti di sentire di essere intrappolati in una noiosa routine: sempre lo stesso lavoro, gli stessi luoghi, le stesse facce, le stesse conversazioni, eppure se riusciamo ad essere presenti, qui e ora, nel mentre che la vita scorre, possiamo avere delle bellissime sorprese.
Il palazzo che ci sta di fronte e che vediamo ogni mattina da chissà quanti anni, si palesa per la prima volta con nuovi particolari, dettagli. O, ancora, la vicina di casa che vediamo da una vita, ci stupisce per qualcosa che mai avevamo notato. E così via.
Quando abbiamo una difficoltà, un problema, spostare l'attenzione, non dal problema, ma dalla preoccupazione del problema, e fissarla nel momento presente, attraverso e grazie ai nostri sensi, ecco che questo permette di abbassare la pressione dell'assillo e ci fornisce l'occasione di ricevere la soluzione.
Un' intuizione fulminea, proveniente da quel luogo profondo in cui risiede la nostra voce più vera, troppo spesso soffocata dai rovelli mentali, alimentati da paure e timori.
Stiamo dimenticando come essere presenti e consapevoli, come ascoltare intensamente noi stessi, gli altri, il mondo, ma l'attenzione è una nostra innata capacità e come tale va coltivata altrimenti, come un muscolo non allenato, rischia di atrofizzarsi e di perdersi.

Maris Vozza

Avere occhi nuovi per guardare

I primi sentori li avevo avuti già al risveglio, non tanto per i sintomi fisici, assenti, quanto per l'umore.
E sì, perché, come avevo letto un giorno in un libro del "guaritore" delle emozioni, Edward Bach, prima che si manifesti una qualunque malattia, un segnale ci viene dal cambiamento nello stato emotivo, a ognuno il suo: irritabilità, nervosismo, tristezza.
Ed io ormai mi ero allenata ad osservare che quando mi sentivo avvolta in una nuvola particolarmente nera, che arrivava da chi sa dove e perché, mi stavo ammalando.
Ed infatti, il pomeriggio oltre ad avere concluso poco e niente al lavoro, ad avere dato, in compenso, un paio di rispostine acide degne di una strega cattiva, mi ritrovavo gli occhi lucidi e pesanti e questo era, assieme ai brividi che adesso avvertivo, indizio inequivocabile e definitivo che stavo male.
Tornata a casa prima del solito, sorseggiai una tisana bollente, presi un'aspirina e mentre il termometro segnava la temperatura in crescente rialzo, mi rannicchiai sotto al piumone, già rassegnata ad attendere che la tempesta febbricitante facesse il suo corso.
Cedetti presto al sonno, complice il dolce e cadenzato ritmo delle fusa che provenivano dalla ciambella di pelo saldamente appoggiata alla mia schiena e che fungeva anche da provvidenziale scaldino.
Quell'essere tanto grazioso ed imprevedibile che mi respirava accanto sereno era Fedora, la gatta che coabitava e condivideva il mio quotidiano, nonché parte del mio letto, da tre anni abbondanti.
Da quando una fredda mattina di inizio dicembre me la trovai piccola piccola, magra magra, davanti all'uscio di casa ad attendermi come se avessimo un appuntamento: mi arresi al suo desiderio di adottarmi e da allora siamo praticamente inseparabili.

Come di solito accade quando si sta male, il sonno è turbolento con sogni inquieti, agitati, spiazzanti come una delle illustrazioni di Escher: senza logica spesso inquietanti e confusi.
Ad un certo punto mi sembrò di cadere in un pozzo buio del quale non riuscivo a vedere il fondo, precipitavo impotente e senza alcun appiglio

per un tempo che mi sembrò infinito.
Stavo vivendo con sgomento e paura una discesa negli abissi della coscienza?
Quando la paura si trasformò in terrore ecco che finalmente la corsa terminò e atterrai dolcemente su di un terreno insolitamente soffice che sapeva di panna.
- Che razza di sogni sogno? – pensai.
E già, questo sognare di stare sognando è ben strano, ma non feci in tempo a soffermarmi sulle implicazioni conseguenti a questa constatazione che mi sorprese una voce calma ed allo stesso tempo familiare:" Ce ne hai messo di tempo ad arrivare! Ti aspetto da un po'."
" Oh, che meraviglia! E da quando parli?"
"Da sempre" rispose la voce che apparteneva a Fedora " è solo che tu non hai orecchie e cuore aperti a sufficienza ad ascoltare."
"Non iniziamo con le recriminazioni! Io sono umana tu sei gatto, io parlo tu miagoli."
Senza scomporsi:" È vero, nel tuo mondo è così ma non in questo mondo."
"Davvero?!" ribattei con sarcasmo, "E poi, che mondo sarebbe questo mondo?"
"Il mondo che esiste oltre la realtà ordinaria, il mondo delle idee, delle infinite possibilità, dove regna la fantasia, la follia - se vuoi - , e dove ogni cosa può accadere."
"Allora è come dire un mondo che non esiste."
"E qua ti sbagli. Se non esiste, che ci fai qui?"
"Sto qui perché sto sognando, ho la febbre e questo è un incubo, un incubo assurdo, ecco!"
Con una voce che divenne più bassa e suadente:" No, tu sei qui perché avevo urgenza di comunicarti qualcosa, qualcosa di molto importante."
"Avanti sentiamo, ché prima me la dici e prima mi sveglio!"
Rimase in silenzio per qualche istante ed in me s'insinuò il dubbio che la mia suscettibile coinquilina si fosse offesa e iniziavo a fare congetture sul dispetto col quale mi avrebbe presentato il conto, questa volta.
Ed invece…
"Hai una domanda che ti tormenta da un po' di tempo e che ricacci indietro ogni volta che si fa strada nel tuo cuore, ma non ti accorgi che così facendo ti danneggi?"

Tutta la situazione era assurda, allucinante eppure aveva colto nel segno e finalmente sciolsi ogni riserva.
La mia voce si fece più dolce e tranquilla.
“Sì, c’è un domanda alla quale, per quanto mi sforzi, non so dare una risposta: che senso ha la vita, la mia vita?
Tutto mi appare senza senso, un giorno che si ripete uguale a sé stesso, e passano così i mesi, gli anni, in un ciclo eterno la cui costante è la noia. Mi sento come un criceto che corre, corre sulla ruota – chissà – forse lui pensa di andare da qualche parte, e anch’io prima lo pensavo.
Ma, adesso… So che giro in tondo e non scorgo nulla davanti a me che non sia già vissuto, già visto.
E questo mi inquieta a tal punto da mettere a tacere la domanda: la risposta potrebbe essere troppo, troppo pesante da sostenere.
Meglio restare nell’incertezza di un limbo che sapere di essere un criceto.”
“Vederti così vicina al baratro dell’angoscia mi addolora, ed è per questa ragione che tu sei qua ed ecco ciò che ho da dirti.”
La sua espressione si fece più intensa, per quanto ciò possa sembrare irragionevole.
“Ogni momento è unico ed irripetibile, il filosofo Eraclito parlava di Panta Rei, niente è fermo, uguale, immobile, tutto scorre, tutto muta, cambia, si trasforma, ma gli uomini si lasciano trarre in inganno dalla loro mente, programmata per riconoscere ciò che è incasellabile in categorie: fanno similitudini, mettono etichette a tutto: persone, eventi, oggetti, emozioni e a lungo andare perdono il dono dello stupore e della meraviglia credendo che sia solo prerogativa dei bambini o dei semplici. Proust, un vostro scrittore fissato con le madeleine, diceva che per vedere mondi nuovi devi mutare il tuo sguardo. Ed io dico a te: guarda con occhi nuovi ed il mondo ti apparirà nuovo ogni giorno, ogni istante!”

Mi svegliai che erano quasi le 8, dopo una bella sudata la fronte era fresca, mi sentivo bene ed affamata.
Fedora era intenta alla toeletta mattutina che compiva sempre con dovizia e meticolosità. La salutai accarezzando la M di pelo nero che aveva disegnata sulla fronte nello spazio tra le orecchie, lei smise di leccarsi e per un attimo mi guardò; e mi parve di scorgere un luccichio nei suoi occhi dai riflessi d’ambra.

“La sai lunga tu…eh?” le dissi con un sorriso ed il cuore pieno di gratitudine.
Mi alzai di scatto come non facevo da tanto, pronta a scoprire cosa mi riservava la vita a venire, istante per istante.

Pubblicato sulla Rivista
Quadrifoglio Artistico, anno 2023

C’era una volta una scimmietta...

Inutile, per quanto ci provasse, non riusciva a prendere una decisione.
E dire che aveva avuto a disposizione tanto tempo, le erano state concesse ben tre settimane per dare una risposta, ma lei continuava a rimandare.
Le aveva provate tutte, ogni metodo che conosceva e che in genere funzionava: aveva stilato in bella copia, da personcina precisa quale era, la lista dei pro e dei contro valutando ogni aspetto, anche quello meno probabile.
Alla fine però era rimasta a guardare quel foglio ben ordinato del tutto sconfortata.
Come ultima spiaggia si era lasciata tentare dal lancio della moneta: testa vado, croce rimango, ma poi era ripiombata nel dubbio.
Quando chiudeva gli occhi si vedeva in piedi afferrata per le mani e strattonata: da una parte c’era il viaggio dei suoi sogni, il lavoro per il quale si era laureata e poi specializzata, dall’altra la vita che stava costruendo, passo dopo passo, con Matteo.
Ad un certo punto era stata talmente soffocata dall’impossibilità di scegliere che aveva chiesto consiglio proprio a Matteo, il quale, con un largo sorriso e la voce imperturbabile che lei oramai conosceva bene, le aveva detto:“ Amore mio, devi scegliere tu” poi facendo una leggera pausa, aveva proseguito, “e qualunque sarà la tua scelta, per me andrà bene.”
Ecco in quel momento l’aveva odiato, avrebbe preferito che s’impuntasse, che difendesse anche con furore il loro amore, che le dicesse di sentirsi offeso al solo pensiero che lei volesse andarsene proprio ora che stavano comprando casa per andare a vivere insieme.
Eppure si era innamorata di lui soprattutto per questo, perché Matteo era diverso, era un uomo abituato a vivere da solo, a bastarsi; dopo tanti anni trascorsi in mare prendeva in grande considerazione la libertà sua e degli altri.

La sintonia fra di loro era stata immediata, anime che si erano riconosciute, come se si fossero ritrovate dopo un lungo girovagare e ora potevano fermarsi, l’una tra le braccia dell’altra.

Ricordava ancora con emozione vibrante quel loro primo lungo abbraccio nel quale lei si era sentita liquefare, le era sembrato di essere stata avvolta da un calore accogliente, rassicurante: era stata una sensazione mai provata. Si sentiva a casa, nel luogo più sicuro dove poter essere se stessa, completamente nuda.
E poi lui l'aveva baciata sul collo.
"Sai che ti amo" le aveva detto.
"Sì" aveva risposto lei, ricambiando il bacio sul collo di lui.
Lo sciogliersi da quell'abbraccio era stato un dolce dolore che ricordava sempre con un brivido; si appartenevano: lo sapeva lui e lo sapeva lei, erano come due calamite.

Da quando si erano incontrati la prima volta, non era passato neanche un anno, avevano bruciato le tappe e si sentivano pronti, due incalliti solitari, a scommettere su di una vita a due.
Era un'avventura nuova quella nella quale erano in procinto di riversare tutto il loro entusiasmo e la voglia di creare una vita che fosse comoda, , genuina, fatta di cose semplici, di ritmi lenti.
Ridurre i bisogni a favore di tempo da passare con se stessi: nella bella stagione il più possibile all'aria aperta, magari nella cura di un orto e nelle giornate d'inverno immergersi nella lettura, dedicarsi ad imparare a suonare uno strumento e poi, viaggiare, all'avventura, liberi, leggeri .
Avrebbero lavorato il giusto, per lo più in estate. Matteo si sarebbe occupato di portare in gita in barca i turisti mentre a lei sarebbe toccato tutto il resto, dalla parte burocratica e di marketing alla cura ed accoglienza dei clienti. E poi chissà avrebbero potuto aprire un ristorante o gestire un lido, ma sempre mantenendo del tempo libero per seguire le loro passioni, insomma, una vita bella e felice.
Si erano già immaginati in ogni dettaglio il loro futuro che era lì, a portata di mano.
Stavano vivendo il loro amore sentendosi protetti e fortunati, come fossero in una bolla fatta di armonia e benessere: tutto filava a gonfie vele.
Si era persino presentata l'occasione, da prendere al volo, di acquistare la casa fatta su misura, apposta per loro due: l'averla vista e adorata era stato un tutt'uno.
E adesso avrebbe dovuto rinunciare a tutto questo?

La vicenda era andata così: circa tre settimane prima aveva ricevuto un'e-mail nella quale le si offriva l'occasione di trasferirsi all'estero, in Australia, con un'ottima opportunità di carriera, uno stipendio favoloso fin da subito e la possibilità finalmente di mettere a frutto tutta quella conoscenza che le era costata anni di studio e d'impegno.
Era brava, preparata e competente ed era arrivato il momento di poter dimostrare in pieno il suo valore.
– Se solo tutto questo fosse accaduto nove mesi fa! –
continuava a rimuginare.
Avrebbe fatto salti di gioia, ballato per tutta la casa e non ci avrebbe pensato un attimo: sarebbe partita all'istante, giusto il tempo di sistemare le questioni burocratiche del visto e quant'altro necessitava alla partenza, e poi via: Sidney sono tua!
Oggi invece, sembrava un cane bastonato.
Però una decisione bisognava pur prenderla, non era più possibile rimandare, le tre settimane stavano per scadere e non c'era più tempo.
D'impulso prese la giacca ed uscì.

Il suoi passi la condussero in riva al mare, camminò fino al posto che prediligeva quando aveva bisogno di tranquillità e di riordinare le idee.
Si sedette ed attese.
Lentamente le onde, nel loro incessante andirivieni, assorbirono completamente la sua attenzione, il respiro si accordò al ritmo calmo dello sciabordio e si sentì più leggera, per la prima volta dopo tanti giorni.
"Ciao!" una voce la risvegliò alla realtà.
Intenta a concentrarsi sul respiro non si era accorta che accanto a lei si era seduta una bambina.
Poteva avere cinque-sei anni e la guardava dritto negli occhi, poi, senza aspettare risposta proseguì. "E' bello qui, vero? Io ci vengo sempre, è il mio posto preferito. L'altro giorno c'era un delfino. A me piacciono i delfini e a te?"
Si riprese dallo stupore iniziale e le rispose:" Sì, anche a me, sono animali bellissimi ed intelligenti."
La bimba annuì con la testa senza smettere di guardarla.
Aveva l'impressione che si aspettasse qualcosa da lei ma non riusciva a capire cosa, cercò allora di sintonizzare il pensiero sul mondo dei bambini. Cosa poteva dire d'interessante a quella bambina?

La osservò con più attenzione e si ricordò di una fotografia nella quale anche lei portava i capelli tagliati a quel modo, quando aveva pressappoco la sua età, in effetti a guardarla meglio le sembrò, per un breve istante, che avesse qualcosa di familiare, dove l'aveva già vista?
Passarono qualche minuto a guardare il mare, di fronte a loro.
"Sai ti voglio dire un segreto" interruppe il silenzio la bambina e lei pensò che era divertente e si sistemò seduta meglio, pronta ad ascoltare.
"Lo sai perché gli adulti sono spesso tristi?"
La cosa si faceva interessante.
"No, non lo so, perché secondo te?"
La bimba distolse lo sguardo dalla distesa blu cangiante e piantò i suoi occhi verdi, grandi, scrutatori, nei suoi.
"Perché gli adulti dimenticano chi erano da bambini e quali erano i loro sogni, per questo sono infelici."

Se le avesse sparato avrebbe avuto meno effetto su di lei.
Non ebbe il tempo di riprendersi che un fischio prolungato mise sull'attenti la piccola.
"Devo andare adesso" si alzò di scatto e si mise a correre nella direzione dalla quale proveniva il fischio.
All'improvviso però si girò e la salutò con la mano, poi proseguì fino a raggiungere una figura maschile che l'attendeva.

Le arrivarono stralci di conversazione: "Dov'eri finita? Sempre al tuo solito posto? Andiamo adesso scimmietta che mamma ci starà sicuramente aspettando per pranzare, oggi c'è anche una bella sorpresa…"

Non riuscì a sentire più nulla, perché si erano allontanati abbastanza dal punto dove era seduta.
– Gli adulti dimenticano chi erano da bambini… – ripetè – aveva detto così?! Wow…– E allora ripensò a com'era da bambina: quali erano, allora, i suoi sogni, quali erano stati i suoi desideri?
All'improvviso si rivide com'era allora, ripensò alle ore passate a guardare il mare immaginando tutti i pesci che ci vivevano dentro. Ricordò di quanto era felice quando passeggiava nel bosco raccogliendo funghi e castagne, e di come il profumo della terra, della

corteccia degli alberi, delle foglie cadute la inebriasse dandole vampate di pura gioia.
Adorava osservare il via vai delle formiche attorno ad un formicaio e nulla la poteva distrarre quando attaccava le figurine nel suo album "Gli animali del mondo" e vi si perdeva fantasticando di avventure nelle foreste dell'India con la feroce tigre o nelle pianure dell'Africa tra gli elefanti imponenti e le placide giraffe.
Poteva starsene delle ore a inventare storie dove lei difendeva gli animali da calamità e pericoli di ogni genere.

Adesso ricordava perfettamente le sensazioni meravigliose che aveva provato durante quelle avventure che creava solo per il suo piacere.
Com'era stato possibile dimenticare e quando aveva abdicato a tanta felicità?
Ad un tratto comprese che nella sua vita da adulta aveva fatto delle scelte che non le appartenevano e che la vita adesso l'aveva messa alla prova: le dava una seconda possibilità per ritrovare i suoi sogni di bambina e provare a realizzarli.
Si alzò, stiracchiandosi si sentì piena di energia, non vedeva l'ora di tornare a casa e dire a Matteo che aveva fatto la sua scelta, che ora sapeva cosa voleva con tutta se stessa.
Il cuore sembrava le saltellasse in petto e potesse balzare fuori per la gioia.
– Accidenti!… Quella bambina se la rincontro dovrò ringraziarla –, pensò.

Le tornò alla mente quel visetto, il colore degli occhi e dei capelli, quel modo di mettere le mani in grembo… – scimmietta, – che strano, – era proprio lo stesso identico nomignolo col quale anche mio padre amava chiamarmi. Se non fosse una cosa impossibile potrei credere che… no, non è possibile fare viaggi nel tempo… o forse sì? –.

Pubblicato sulla Rivista
Quadrifoglio Artistico, anno 2024

Io resto qui

Due cugine, anzi, due sorelle!
In effetti non erano neanche lontane parenti, ma nessuno dei loro conoscenti faceva caso a questo insignificante dettaglio.
Ciò che conta sono i fatti, no?! E i fatti parlavano chiaro: quelle due C'erano, seppure la cosa possa sembrare curiosa o bizzarra, anche rassomiglianze di natura somatica: stesso naso, stesso atteggiamento imbronciato del labbro, stessa fronte corrucciata.

Da quando avevano memoria erano sempre state insieme.
Quante volte ne avevano parlato, delle tante coincidenze che erano accadute nelle loro esistenze affinché si incontrassero.
E quante volte avevano fantasticato sul caso, impossibile, dichiaravano convinte, che non si fossero conosciute.
Ridevano al pensiero di scenari improbabili: "Avresti mai tagliato i capelli così corti, e chi sarebbe stata la tua amica-amica?"
E l'altra ribatteva: "E tu, saresti riuscita senza di me a vincere la paura dell'acqua profonda?"
Sì, ci scherzavano su e intanto si sentivano speciali, per il legame che le rendeva tali.
A volte, senza mai confessarlo apertamente, avevano creduto di essere prescelte per qualcosa di unico.

Le loro rispettive mamme, nate lo stesso giorno dello stesso mese e anno, partorirono a sette giorni di distanza due splendide bambine.
E così quel novembre di 32 anni fa, l'anno della loro nascita, due fiocchi rosa troneggiavano l'uno di fronte all'altro sullo stesso pianerottolo del terzo piano dello stesso palazzo.

Fu naturale crescere insieme: le uscite col passeggino, le prime corse a

gattoni sul tappeto super colorato del salotto dell'una, e il sonnellino abbracciate nella culla più spaziosa dell'altra.
Persino le malattie esantematiche fatte rigorosamente prima una e poi l'altra.
Quando iniziarono a parlare ed essere autosufficienti nell'aprire la porta di casa fu difficile per i genitori separarle: mangiavano insieme e spesso dormivano nello stesso lettino.
Erano buffissime quando litigavano e i giochi mischiati nello stesso cesto, venivano separati tornando alle legittime proprietarie che, indispettite, si ritiravano ognuna nella propria stanza.
Ma non durava a lungo.
L, col carattere più esplosivo, spesso innescava la lite, ma poi era la prima a tornare sui suoi passi.
M, la più riflessiva tra le due, invece teneva il muso per un po' di tempo.
Alla fine, però, puntualmente, tornavano a riabbracciarsi ridendo e rincorrendosi e il peluche scimmietta di M riprendeva il posto accanto alla bambola di pezza di L nel cesto dei giochi in comune, che andava e veniva da un appartamento all'altro, al seguito delle due bambine.

Non litigavano mai per gli oggetti.
Forse M era un po' più possessiva, ma entrambe erano generose: oltre ai giochi si scambiavano abiti, fermagli per i capelli, le gomme e le matite colorate.
Tra i bambini condividere i propri oggetti succede abbastanza di frequente, la cosa inusuale, semmai, era che se la mamma di M acquistava qualcosa di grazioso per sua figlia arrivava subito la sua domanda "Che ne dici, starebbe benissimo tanto a L?" e viceversa.
E finiva che le due bimbe ricevessero, ora dall'una ora dall'altra mamma, lo stesso cerchietto, lo stesso vestitino della bambola, cose di poco valore intendiamoci, ma per le due piccole poter sfoggiare le stesse cose era come una medaglia distintiva: c'erano loro due e poi tutti gli altri.

Quando a scuola impararono l'alfabeto decisero che sarebbero state per tutti Elle ed Emme, come le iniziali dei loro nomi: per un'altra strana coincidenza L infatti era nata per prima.
Gli anni trascorrevano e la loro amicizia cresceva con loro: a dieci anni fecero la prima vacanza, da sole, a Roma, ospiti di una zia del padre di L.

Fu un viaggio emozionante: il primo viaggio in treno senza genitori, la grande, che dico, immensa città, i viali che non finivano mai, i negozi e tante altre curiosità e divertimenti.
Ma quello che le colpì, oltre ai maritozzi con la panna, al primo posto fu il modo di parlare della gente: erano rimaste affascinante dalle inflessioni dialettali e i modi di dire tanto che per almeno un mese buono, dopo essere tornate a casa, cercavano di imitare la parlata romanesca e così si salutavano – ciao amò – o – ciao core mio –; facevano a gara a chi beccava la doppia consonante nelle parole e si divertivano a scandalizzare la nonna di M con espressioni quali – ma va a morì ammazzato, li mortacci – e ridevano di pancia e di cuore.
Non c'è che dire: era uno spasso!

Undici, dodici, tredici, quattordici anni: i primi batticuori per il compagno più grande di un anno, le gare di pallavolo nelle quali si distinguevano, guarda caso, per l'affiatamento: una alzava e l'altra schiacciava ed erano sincronizzate al millimetro.
I compiti in classe fatti in tandem, i weekend sulla neve e i pomeriggi di domenica, appena iniziava la bella stagione, a zingarare in bicicletta e poi in estate le lunghe giornate in spiaggia vivendo praticamente in costume, le partite di beach volley e, nel silenzio della calda controra, a chiacchierare fitto fitto scambiandosi impressioni, idee, sogni.

Si erano perfino inventate un loro linguaggio che usavano quando non volevano far capire agli astanti cosa si stessero raccontando.
Insomma, più crescevano e più erano incontenibili ed era impossibile dividerle o farle litigare: facevano fronte comune, si spalleggiavano nelle discussioni con i compagni, si proteggevano a vicenda se riprese dai professori.
Neppure quando si innamorarono per la prima volta dello stesso ragazzo ci fu aria di baruffa. Anzi arrivarono a un accordo: non se lo contesero, tutt'altro! Lo frequentarono entrambe convinte che la loro amicizia valesse più di un paio di begli occhi.

Finì così che iniziarono a trovargli mille difetti, a onor del vero molti dei quali esagerati, sta di fatto che da bellissimo fu declassato a passabile ed infine liquidato con un'alzata di spalle.

La loro esistenza insieme ora si presentava davanti ad M.
Tutto documentato in scatole di foto ben ordinate e su ognuna vi era segnato il posto, l'occasione e la data.
Il soggetto?
Sempre loro due insieme: abbracciate, che fanno la linguaccia, le facce buffe.
Orgogliose con la medaglia al collo per il primo posto della finale di giochi sulla spiaggia.
A cavalcioni sul motorino comprato in due e di proprietà di entrambe.
L e M, M e L.

Adesso ripassava fra le mani ogni foto e le tornavano alla mente tanti piccoli momenti, espressioni ormai sepolte nella memoria, ma ancora così vivide. E le emozioni la prendevano a tradimento: ora un sorriso, ora una lacrima, ora una risata che sapeva di salato.

Gli anni al liceo furono i più belli!
Ebbri di sussulti, ricchi di scoperte, eppure veloci come un lampo, meravigliosamente intensi.
Erano diventate due belle ragazze, voti buoni a scuola, solide atlete in campo ed eccole qua, il giorno del diploma, in pantaloni e T–shirt.
Per interi minuti M si soffermò a guardare quella foto avida di ogni dettaglio, desiderosa di scoprire qualche traccia, seppur infinitesimale, che avrebbe potuto metterla in allarme su quanto sarebbe accaduto dopo.
Perché dopo quella foto tutto cambiò, ma all'inizio fu talmente impercettibile che non fu in grado di capire cosa stesse accadendo intorno a loro, al loro rapporto, ma soprattutto cosa era accaduto ad L di tanto devastante da condurla dentro al tunnel buio e senza via d'uscita nel quale era finita.

Niente poté lei, niente poterono i genitori e niente poté la medicina.

A 26 anni L l'aveva lasciata per sempre e questo dolore, lo sapeva bene, non l'avrebbe mai abbandonata, come uno squarcio nel cuore sarebbe rimasto a testimoniare il suo destino.
Ed eccola qui la famosa foto.

Anno … è fine luglio, si vedono due ragazze abbronzate, dai fisici tonici, i capelli tagliati corti con un ciuffo colorato, entrambe sorridenti e con le dita della mano destra nel segno di vittoria.
Hanno l'aria trionfale, di chi ha vinto e si prepara a nuove avventure, a nuove sfide.

Si sforza di guardarla come se fossero due estranee, come, immagina, un ricercatore farebbe con il soggetto del suo esperimento: quella di destra ha la carnagione più chiara, una struttura fisica più solida, ha gli occhi dal taglio a mandorla e un sorriso aperto, sfrontato.
L'altra è più minuta, ma leggermente più alta e dai colori più scuri, sembra più timida.
In effetti era proprio così che le vedevano gli altri.
L per il fatto di essere più grande, seppure di soli sette giorni e centottanta minuti, ci teneva a sottolineare, si era assunta il ruolo di protettrice.
Era la più esuberante fra le due, quella che si appassionava di tutto e in modo repentino, ma poi con altrettanta furia se ne disinteressava: non aveva la voglia o la volontà di proseguire.
Era socievole, simpatica e sempre di buon umore e, se pur qualcosa la contrariava, risolveva tutto con una risata.
Le sue risate, quanto erano contagiose!

Le mancavano in modo esagerato: quando rideva non potevi resistere, le si illuminava tutto il viso e non avevi altra scelta che andarle dietro.

Eppure, quella risata si era spenta.

Il primo segnale, quello iniziale, fu del tutto insignificante, fu colpa di un paio di jeans che non le entravano bene come l'estate precedente.
L diceva che era ingrassata, nella realtà le si erano arrotondati i fianchi, ma era tutto normale, stava semplicemente crescendo.
Come sua abitudine però, non sentiva ragione perché lei era grassa, punto.
E così decise che doveva rimediare e si mise a dieta. Nessuno ci fece caso anche perché, conoscendola, credevamo, sia io che la sua famiglia, che tempo una settimana avrebbe mollato, mi aspettavo da un

momento all'altro che se ne sarebbe uscita con una frase tipo: ”Oh! Al diavolo la dieta, che ne dici di un buon gelato al pistacchio che ti piace tanto? Offro io, a patto che tu mi lasci indossare il vestito blu.”

Però non andò così, la storia della dieta non le uscì dalla mente.
Ed era come se più mortificasse il corpo riducendo le calorie e più venivano fuori aspetti del suo carattere mai neppure ipotizzati.

Iniziò a essere ossessiva, mentre prima non era interessata minimamente alla cucina, ed il massimo che sapeva fare era apparecchiare o sparecchiare la tavola, si mise d’impegno a leggere tutti i libri di cucina che trovò in casa e si fece raccontare dalla nonna le ricette di famiglia per poi replicarle in modo maniacale.

Anche in questo caso la si lasciò fare, anzi la madre ne fu contenta: “Finalmente ti occupi un po’ di cose più femminili” – la prendeva in giro – “e non solo di palloni e tute!”
In breve tempo era lei che cucinava quando la madre tornava tardi dal lavoro, preparava con attenzione, metteva a tavola e poi accampava scuse per non mangiare nulla o quasi: aveva assaggiato il sugo prima abbuffandosi di pane, oppure aveva mangiato mentre preparava. Queste e scuse similari erano all’ordine del giorno e, allo stesso tempo, non si stancava di sapere se quello che cucinava era buono e se tutti mangiavano con gusto, si saziava di complimenti.

Dimagrì, com’era ovvio, e per un certo periodo sembrò riprendere a mangiare a tavola con gli altri, ma anche le sedute in bagno subito dopo furono un segnale che ci sfuggì; lei era astuta nel depistare i nostri tentativi di sorvegliare le sue mosse e per molto tempo la fece franca, finché non fu troppo tardi.

Fra di noi iniziarono le incomprensioni, non è che non discutessimo in passato, ma ora era completamente diverso: nelle nostre giornate si insinuarono come un veleno pestilenziale silenzi pesanti, sguardi imbarazzati. Lei leggeva in me il disappunto, anche se non dichiarato apertamente, e io leggevo in lei l’ostinazione palese.
Quasi senza accorgercene ci allontanammo, ogni giorno un pezzettino

di più, nessuna lite, nessuno scontro, solo un fatale divergere di strade.

Quando ci salutammo perché io stavo partendo per l'università quasi non ci riconoscemmo, la sentii per la prima volta distante ed estranea nell'abbraccio e con le sue parole: "io resto qui" mi gelò il sangue e mi rese profondamente triste, come mai lo ero stata.

In un posto recondito del cuore relegai tutta la mia vita precedente, che poi era la mia vita con L: troppo doloroso da pensare, ero sopraffatta dall'impotenza e dal dispiacere. Per continuare ad andare avanti in qualche modo mi precipitai incontro alla mia nuova vita.

Intanto i miei cambiarono casa e così le occasioni per rivederci si ridussero ulteriormente. Ci scrivevamo ogni tanto, ma parlando di tutto evitavamo accuratamente di accennare all'essenziale, poi anche i contatti si diradarono fino a diventare inesistenti.

Dopo qualche anno, ricevetti una telefonata dalla madre che mi informò che L si trovava in clinica, proprio a Roma, dove adesso risiedevo e se avessi voluto andare a trovarla le avrebbe fatto piacere.

Mi presi la mattinata libera e la raggiunsi.
Fu un vero shock. Mi trovai davanti un essere rattrappito; non la vedevo da circa tre anni e non riuscivo quasi a riconoscerla. Era provata dalle tante privazioni, dalle tante lotte per resistere alla fame, all'impulso alla vita, seguendo insensate regole, costruendo solidi recinti mentali.
Un nodo in gola mi spingeva a urlarle in faccia l'assurdità di quello che aveva fatto e stava facendo a se stessa. Resistetti alle lacrime e mi sdraiai di fianco a lei.
Fu penoso sentirla raccontare delle operazioni che aveva subito, dei tanti ricoveri, delle terapie fallite, ora però era decisa, voleva risalire la china.
La guardai e accorata la mia voce le chiese: "Perché tutto questo?"
La sua risposta fu una coltellata in pieno petto.
"Perché avevo paura di crescere, perché volevo che tutto rimanesse come l'estate del nostro diploma.
Ricordi la foto davanti alla scuola l'ultimo giorno, quando vedemmo i

risultati dell'esame, noi due abbracciate che sorridevamo al futuro? Tu facevi progetti e io mi chiedevo cosa sarebbe accaduto. Temevo che non saremmo state più felici come in quei momenti.
Tu bruciavi di desiderio, di fare esperienze. A me bastava quello che avevamo già. E allora iniziai ad accanirmi sul mio corpo.
Ti ricordi com'ero bella, guardami ora: uno scheletrino con ossa fragili che si rompono facilmente, i denti fradici e i miei meravigliosi capelli adesso sono opachi e li devo tenere cortissimi perché mi cadono. Pensavo che se non avessi mangiato, forse avrei potuto fermare il tempo. Che sciocca vero?
Ora lo so, ma prima tutto questo non era chiaro neanche a me stessa."

Ci abbracciamo e ci sciogliemmo in un pianto liberatorio e per un attimo tornò quella che avevo conosciuto: la mia L.
Fece una battuta sciocca delle sue e stemperammo la commozione.

Poi, tornando seria, "Sai cosa mi fa più male? Il tempo che non ho trascorso con te in questi anni. È buffo no? La paura più grande che avevo mi ha condotto esattamente proprio dove non volevo andare, poi la cosa mi ha preso la mano e imboccato quel tunnel non ho potuto fare altro che procedere in avanti, dici che ci sarà un'uscita?"
"Certo che c'è, ci deve essere! Tu sforzati di riprenderti un pochino che poi ci penso io, intanto appena esci da qui ti vengo a prendere e vieni a vivere da me, vedrai sarà più bello che mai!"
Ci lasciammo commosse, con la speranza di rivederci prestissimo, ma nel fondo del cuore entrambe sapevamo…

Dopo pochi giorni, ricevetti un'altra telefonata da sua madre che mi comunicava quello che mai avrei voluto sentire: L era andata via, per sempre.
La vista mi si annebbiò, credetti di morire anch'io in quell'istante. Il dolore mi sommerse, ma poi fu rabbia, feroce, cieca verso di lei e verso di me.

Perché non avevo fermato questa follia? Perché lei si era accanita così crudelmente contro se stessa?
Ma com'era stato possibile che la sua esuberanza nascondesse questo pozzo di fragilità?

E io non ero stata vigliacca a voltarmi dall'altra parte lasciandola sola con la sua autodistruzione?
Le lacrime mi scorrevano incontrollate e i pugni chiusi li tenevo a fatica fermi, avrei voluto spaccare tutto mentre la madre mi descriveva come aveva vestito la figlia e da sola l'aveva adagiata nella bara "Era tanto fragile, leggera che pesava quanto una bambina."

La mia esistenza ha ripreso il suo corso, ma nel cuore è come se avessi una ferita che non si chiude e mi rimbombano a volte nel buio della notte le sue parole: "Io resto qui".
E il mio "perché?" non trova risposte, ma solo infinito amore.

Brano tratto dal libro
"Come quando cambia il vento"

Indice

Cosa mi muove a scrivere

Avere occhi nuovi per guardare

C’era una volta una scimmietta...

Io resto qui

Ciao!

Sono Maris e mi occupo di insegnare a stare bene con se stessi e con gli altri.
Sviluppare e migliorare l'autoconsapevolezza, la conoscenza di se stessi è al centro del mio lavoro di Life Coach Olistica, insegnante di Meditazione ed Istruttrice di yoga.
Scrivere "storie di consapevolezza" mi permette di divulgare, grazie al potere del racconto, conoscenze ed insegnamenti fondamentali per il benessere interiore.

Contatti

VITA NOVA
Anima Mente Corpo

371 1968612

info.vitanovaanimamentecorpo@gmail.com

vitanovaanimamentecorpo.com

Testi e grafica Maris Vozza
Realizzato con Canva
Copertina: foto by JordanHoliday-pixabay