Roberta Bertoldi

Laboratorio di scrittura autobiografica e terapeutica

Scegli un momento della tua vita e scrivi un racconto che parli di te

Posso dire di aver vissuto tre vite.
La prima è stata una vita piena di entusiasmo, voglia di vivere, gioia. L'età della fanciullezza e della gioventù spensierata, senza paure, coronata con l'incontro della persona per la vita, il matrimonio e la nascita di due splendidi figli.
La seconda è arrivata lentamente, mese dopo mese, giorno dopo giorno, attimo dopo attimo.
Silenziosa si è insinuata nella quotidianità e lentamente se ne è impossessata fino a coprirla tutta. Non so neanche come è iniziata o quando. Un po' alla volta è arrivata l'ansia del poco tempo, l'ansia di non farcela, l'ansia del lavoro, ma soprattutto l'ansia delle cose brutte.
Si è lentamente spento quel sole che da sempre pensavo mi baciasse in fronte e sempre mi avrebbe baciato.
Alla sera arrivavo sfinita, stanca all'inverosimile. Appoggiavo la testa sul cuscino e dormivo subito, ma poi al mattino mi svegliavo sempre prima, sempre con l'ansia, la tachicardia.
Ma sai ci si abitua anche a questo, perché anche se sembra impossibile l'essere umano, come tutte le cose in natura, si adatta, si abitua.
In questa mia seconda vita sei mancata tu. Così l'improvviso, senza darmi il tempo di tornare per salutarti.
Sì eri stata male e molto e tutti siamo stati con il fiato sospeso, ma poi ti eri ristabilita.
Stavo cercando di risalire dal mio buco oscuro in quel periodo, ma la vita ha deciso diversamente.
Faccio fatica a ricordare quei mesi. Sono come avvolti dalla nebbia, irreali.
Sei sparita dai miei occhi, ma anche dai miei sogni. Non sei mai riapparsa se non rare volte e sempre in un modo che mi ha lasciato dell'amaro in bocca. Forse non mi sono mai perdonata di non esserci stata e per questo il mio inconscio mi punisce impedendomi di sognarti.
Il questo periodo irreale ho fatto la scelta di prendermi una responsabilità sul lavoro che sapevo mi avrebbe causato ulteriore stress e ansia. Ho sempre pensato di non aver scelto io di assumermi quella responsabilità, ma di aver lasciato scegliere agli altri. Tutti si aspettavano che lo avrei fatto e quindi l'ho fatto. E ho sbagliato, fino a quando la situazione

è stata così insostenibile da arrivare al ricovero d'urgenza. Ricovero che ha spaventato a morte le persone a cui voglio più bene e che mi ha costretto e decidere cosa volevo fare.
Sono andata in terapia. Ho pianto con la mia analista tutte le lacrime che avevo e lentamente un passo alla volta ho deciso di scegliermi.
Ho dato le dimissioni prima dal ruolo e poi lentamente ho capito che dovevo dare le dimissioni anche dal posto di lavoro. Dovevo cercare "aria fresca". Un respiro diverso, come continuavo a dire in quel periodo.
Ho finito il percorso con la mia analista e di lei mi rimane il primo aggettivo che ha usato per descrivermi quando abbiamo fatto il colloquio finale: onesta. E' stato un regalo quella parola, perché ha rafforzato in me il pensiero che valevo e che ero sulla strada giusta per cambiare.
E' stata dura risalire la china. Dopo il cambio di lavoro ho dovuto comunque non distogliere l'attenzione da me, dal cercare la gioia nelle piccole cose, nei piccoli gesti di ogni giorno.
E così ho iniziato a vivere la mia terza vita.
Senza di te, mamma, e senza papà che ha deciso che vivere aveva perso di significato senza di te.
Ma ho riscoperto più forte che mai l'Amore della mia vita ("Tienitelo stretto" mi dicevi sempre "perché uomini così ce ne sono pochi") e ho assaporato con soddisfazione incredibile vedere come crescono i ragazzi ed iniziano ad abbozzare la loro vita.
Ho iniziato di nuovo a ricordare che il sole mi bacia in fronte ogni giorno, perché ho tanto amore che mi circonda e questo non è mai scontato.
Anche questa vita non è facile, ci sono sempre difficoltà, alti e bassi. Ma ora almeno tutto questo non è ricoperto da quella nebbia che c'era prima.
Continuo a pensare che ho "sprecato" quasi dieci anni della mia vita nella nebbia. All'inizio ci stavo male perché mi sono ritrovata a più di 50 anni, non più giovanissima a capire che potevo vivere diversamente.
Pian piano però ho anche capito che aver attraversato quella nebbia mi ha dato la possibilità di vedere ora con occhi diversi le cose e a non voler più soffrire prima che le cose "brutte" accadano.
C'è un'ultima cosa che volevo dirti.
Il 1^ settembre sono stata male, così male da finire per molte ore al pronto soccorso in attesa che capissero cosa avevo.
Il 1^ settembre è anche la ricorrenza della tua morte e io non potevo credere che mi stesse succedendo qualcosa di brutto nella stessa data. Ma poi nel dormiveglia della morfina,

durante la notte, ho sentito qualcuno respirare vicino a me, ma nella stanza non c'era nessuno. Forse è stata solo suggestione, ma io ho voluto e voglio pensare che fossi tu. Eri venuta a trovarmi per dirmi che tutto sarebbe passato, che mi eri vicina e come sempre mi dicevi "Tutto sotto controllo". Così ho attraversato anche questa prova con un male lancinante per più di ventiquattro ore fino a quando hanno capito cosa avevo e mi hanno operata. Sono tornata a casa e mi sono portata un pensiero da tenere stretto: Quando pensi di non farcela, ricordati che hai sopportato un dolore che i medici hanno definito devastante per molte ore...ma ho portato a casa anche quel respiro nella notte.
Tu continui a non venire nei miei sogni e forse io continuo a non perdonarmi per non esserci stata quando ci hai lasciato, ma quel respiro echeggia con forza nelle mie orecchie ed è un segno che questa mia terza vita voglio tenermela stretta con tutte le mie forze...e come hai visto di forza ne ho!