Silvia Arfinengo

Laboratorio di scrittura autobiografica

"Quel giorno in cui ho detto basta"

Lasci e raddoppi

– Prego, si accomodi.
– Non so se riesco a stare seduta oggi.
– E' successo qualcosa di particolare?
– Ho discusso con Mario, ma discutere con lui è un buco nell'acqua, un qualcosa di talmente frustrante…
– Io credo che possa provare a sedersi e immaginare la nebbia salire in alto e focalizzare l'ambiente in cui si trova, le sue parole uscire dalla bocca come quelle del Brucaliffo di Alice nel paese delle meraviglie, prima compatte di fumo denso, poi sfilacciate e invisibili. Sono parole che danno voce ai suoi pensieri e i pensieri non sono lei, ci pensi. Provi a chiudere un minuto gli occhi, rimetta l'anima nel corpo e poi ritorni qui.
– Non so… mi chiedo tante cose. Non mi è bastato stare dieci anni con un uomo vecchio e sposato? Non ho imparato niente? Devo passare tutti i target degli uomini problematici? Sposati, alcolisti, e poi? Cosa manca? Un bell'eroinomane!
– Lei ha fatto passaggi fondamentali e le persone non sono dei contenitori con delle etichette.
– Ogni occasione è buona per bere, è ossessionato da qualsiasi liquido beverino che sia alcolico, lui basta che butti giù in gola qualcosa, che lo nutra, che lo rassicuri, non è sete; fa come fanno i neonati con la tetta o il biberon, basta avere la bocca impegnata a sorseggiare qualcosa.
– E da che cosa è nata la discussione che avete avuto?
– Proprio da questo suo atteggiamento con l'alcol. Gli ho detto che non ce la facevo più a vedere che alla fine la maggior parte delle sue azioni, iniziava con un bicchiere di qualcosa e finiva con un altro. Ma sa qual è il problema? È che l'alcol è la droga più accettata socialmente. Ti bevi un bianchino alle 11 del mattino, e va beh ma è quasi mezzogiorno, poi la sambuca dopo il caffè dopo pranzo, perché ci sta, lascia un buon sapore in bocca. Poi il Campari vodka delle 6 del pomeriggio, poi un altro perché sei a fine giornata e si fa festa e poi…non ceniamo nemmeno insieme perché lui non-ha-fame! Perché le patatine e le arachidi trangugiate con l'alcol l'hanno già riempito!

– Insomma, come se ci fosse un terzo incomodo tra di voi.
– Esatto! Io mi vergogno. Tanto. Mi chiedo come sia possibile, e mi viene da essere ancora più contenuta e controllata nel bere, nel mangiare, nel dormire, in tutto… come se dovessi staccarmi da quel suo modo di fare, come se dovessi di nuovo determinare me stessa, ridefinire i miei contorni.
– Entro questi suoi contorni non si contempla lasciarsi andare?
– Certo che sì!
– Certo che sì. Eravamo alla discussione che avete avuto. Lei ha esposto le sue perplessità e lui come ha reagito?
– Lui mi ha lasciata parlare, dicendomi che avevo ragione e che io so fargli i culi talmente bene che poi uno si sente obbligato a scavarsi dentro ed andare a fondo e che sono talmente disarmante e lucida che lo lasciavo senza parole. Poi mi ha detto che sicuramente non era un alcolizzato, gli piace solo bere, ma avrebbe potuto tranquillamente stare senza e che non beve mica tanto. Solo che io bevo talmente poco che appena uno supera le dosi del mio punto di vista allora per me è alcolizzato. Io lì non ci ho più visto: sono scoppiata a piangere, gli ho risposto che non si rendeva conto, che lui non ha un'alimentazione decente a causa dell'alcol, che non sente la fame e che quando beve è tutto goduto, felice e se capita che non si beva per un tot di ore inizia a diventare scostante e irascibile.
– E lui allora ha ribattuto dicendomi di guardare me stessa. Che una volta gli ho tirato un pugno sulla spalla durante un litigio, lui non mi aveva mai messo le mani addosso e io sì, che sono una violenta. Quella volta gli ho dato un colpo sulla spalla mentre eravamo in vacanza, perché mi aveva fatto uscire di testa; ero stanca e stavo cercando di capire che metro prendere e lui si era scolato due medie doppio malto, era alticcio e mi prendeva in giro perché ero sempre tutta organizzata, imitando la sig.na Rottermeier, sbiascicando.
– Immagino si sia sentita molto ridicolizzata.
Quella volta in vacanza e anche l'altra sera. Subito mi sono sentita sollevata e speranzosa quando mi ha detto di essere disarmante e che le mie parole lo avevano toccato, poi quando abbiamo affrontato questo argomento i toni si sono scaldati e io mi sono messa a piangere; lui è andato di là e si è fatto un cicchetto bello lungo di grappa, ormai detesto il cigolio di quell'anta che si apre.
– Credo che in un contesto simile lei possa provare fatica a lasciarsi andare al desiderio nei suoi confronti, ricordo quando mi diceva di sentirsi distratta dai pensieri a letto con lui ultimamente. Un po' come se non potesse liberare i suoi sentimenti più profondi e dovesse

sempre tenerli con il freno a mano tirato.
– Mi può dire….rivelare…perché io mi innamoro di queste personalità esagerate, amanti degli eccessi, con delle dipendenze?
– Non è una domanda con una risposta preconfezionata facile da dare, ma mi viene in mente una citazione: non c'è peggior dipendenza della paura della dipendenza.
– È una frase forte, ma che devo interiorizzare perché per ora mi è incomprensibile.
– Per la prossima settimana quello che ho in mente come compito a casa per lei è di scrivermi, o mandarmi un vocale su whatsapp, ogni volta che sente il bisogno di esprimere il suo disagio verso un atteggiamento di Mario, che la soffoca, che la irrita e che sa che esprimere a lui direttamente sarebbe inutile.
– Ma quindi le parlo anche di fatti miei quotidiani…? Come se fosse un amico? Io non so se…
– Badi bene che mi deve arrivare almeno un "responso" al giorno, deve lasciarsi guidare da tutti i momenti in cui vorrebbe sentirsi veramente sentita nella relazione: per quella che è, che la si capisca a fondo.
Violetta uscì dal suo terapeuta, quella volta, raggomitolata nella parte più remota di sé, ma aveva ancora una carta da giocarsi, aveva appuntamento per andare a vedere un alloggio in affitto, se la casa le fosse piaciuta come l'avevano ispirata le foto, quella sera stessa avrebbe chiuso con Mario, la sua amica del cuore era stata allertata e avrebbe avuto un tetto pronta ad accoglierla prima di entrare nella sua nuova casa. Ne aveva già viste altre, chissà se questa sarebbe stata quella giusta. E chissà se avrebbe trovato il coraggio che aveva pianificato di avere.
Un'ora dopo scrisse un messaggio al suo terapeuta.
Buonasera, volevo dirle questo: è finita, ho appena firmato un contratto per la mia nuova casa, ci entrerò la prossima settimana, traslocherò le mie cose quando Mario è a lavoro, so che parleremo allo sfinimento e mi sfinirò, almeno avrò un posto pronto ad ancorare quella scelta. Questo è il giorno in cui ho detto basta.