

# ANCORA VIVI

TESTIMONIANZE DI CHI RESTA DOPO UN SUICIDIO

A CURA DI

**ROBERTA INVERNIZZI  
ELENA MACCHIARULO**



**LINEADARIA**<sup>®</sup>  
EDITORE

In collaborazione con



Con il sostegno di



Impaginazione e grafica:  
Corinne Cutajar

© 2018 LINEADARIA® Editore, Biella  
© 2018 Roberta Invernizzi, Elena Macchiarulo  
Proprietà artistica, letteraria e tecnica riservata.  
Biella 2018

LINEADARIA® Editore  
c/o Vincenzo Lerro  
Via Lorenzo Delleani, 27  
13900 Biella (BI)  
[www.lineadaria.it](http://www.lineadaria.it)  
[lineadariaeditore@gmail.com](mailto:lineadariaeditore@gmail.com)

Registro Editori Prefettura Biella 394.16-4/5/2 Gab

## P R E F A Z I O N E

Maurizio Pompili\*

Il suicidio è un evento che sembra aver caratterizzato tutte le epoche e tranne rare eccezioni tutte le culture. Attualmente, nel mondo si registrano circa 880.000 casi di suicidio all'anno, circa 4.200 in Italia. Si stima che per ogni suicidio siano almeno sei le persone colpite da questo evento, e si tratta comunque di una sottostima. L'impatto del fenomeno è sulle famiglie, sulla comunità e sulla società nella sua interezza. Ogni suicidio priva chi rimane in vita di un potenziale di affetti, di creatività e di partecipazione ai contesti lavorativi e sociali. L'American Psychiatric Association considera il trauma derivante dalla perdita di un caro per suicidio un evento «catastrofico» simile all'esperienza in un campo di concentramento.

Secondo Edwin Shneidman, padre della suicidologia, i sopravvissuti sono la più grande comunità di vittime con disturbi mentali connessi al suicidio (Shneidman, 1969). Fu lui a coniare il termine "postvention" per riferirsi a tutti gli interventi di sostegno per coloro che hanno perso un caro per suicidio. La parola (postvention) sta ad evidenziare come l'impegno nella prevenzione del suicidio debba esserci prima, durante e, nei casi in cui l'atto è avvenuto, dopo l'evento. Lo stesso Shneidman (2004), pur avendo una grande sensibilità per il dolore mentale che è alla base di ogni suicidio, ebbe a dire: "Chiunque muore per suicidio deve prendersi la responsabilità della sua morte. Il suicidio è un atto egocentrico e che tiene poco conto di tutto il resto. Nell'autopsia psicologica, 'i guanti vengono tolti', e si deve parlare candidamente del defunto. È necessario mettere da parte il motto *de mortuis nihil nisi bonum* (del morto non si dice niente se non di buono)".

La perdita di una persona cara per suicidio è scioccante, dolorosa e inaspettata. Questa esperienza è un processo individuale molto complesso, che si verifica in tempi diversi. Il dolore non segue sempre un percorso lineare e non necessariamente progredisce e si risolve. Nel termine "survivor", dal verbo "to survive", si ascrive l'esperienza del continuare a vivere o ad esistere anche in presenza di condizioni avverse o dopo la morte di qualcuno. Ma in che modo?

All'inizio, i survivors non hanno un linguaggio per comprendere cosa è successo. Sanno solo che il loro caro è morto. E sanno che è morto deliberatamente. Sono ricchi di dettagli dell'accaduto, ossessionati dai fatti che hanno preceduto i mesi, i giorni, le ore finali prima del gesto fatale; alla ricerca di un indizio capace di restituire un senso all'accaduto e che permetta di mantenere un'integrità interna di fronte alla minaccia di frammentazione a seguito del dolore.

Coloro che hanno perso un caro per suicidio affrontano molte emozioni tipiche del lutto, ma ognuno sperimenta una gamma di sentimenti unici per genere.

È necessario che nella fase di rielaborazione della perdita si possa contare sull'aiuto e l'appoggio di altre persone. Potranno volerci anni per risanare veramente l'equilibrio emotivo, ma col tempo tutto sarà più facile. Molto spesso, secondo la letteratura, i survivors dopo la morte di un caro per suicidio tendono ad isolarsi e a non chiedere aiuto per tutta una serie di vissuti interiori legati a vergogna, sensi di colpa, rabbia.

La cosa più difficile è accedere al dolore di questi individui che tendono a rifuggire ogni contatto nelle prime fasi del dolore stesso. Esiste però la possibilità di essere aiutati, di dare un senso all'accaduto e risolvere la sofferenza testimoniata dagli interventi rivolti ai sopravvissuti.

Un aspetto poco sottolineato è il fatto che anche i medici sono survivors, quando perdono un loro paziente a causa del suicidio. Si stima che il 51% degli psichiatri perdono almeno un paziente, nel corso della propria carriera, a causa del suicidio.

Il suicidio del paziente ha un grande impatto emotivo sullo psichiatra e tende ad essere considerato un fallimento terapeutico. Quando il paziente si suicida, possono irrompere abnormi reazioni controtransferali nei confronti di altri pazienti con problematiche suicidarie.

Questo libro è di grande valore in quanto promuove ciò che più manca nell'ambito della suicidologia, ossia l'esperienza soggettiva, la fenomenologia del suicidio e del perdere un caro per via del suicidio. Non ho dubbi che i contenuti delle storie incluse in questo volume porteranno un sapere importante a vantaggio della prevenzione del suicidio e dell'assistenza a coloro che ne sono testimoni.

---

\*Maurizio Pompili, M.D. e Ph.D. Professore Associato di Psichiatria e Direttore della Scuola di Specializzazione in Psichiatria, Università La Sapienza, Roma; Direttore Centro Prevenzione del Suicidio, Ospedale Sant'Andrea; Presidente della Struttura Integrata di Suicidologia della Società Italiana di Psichiatria.

# INTRODUZIONE

Roberto Merli\*

Mi occupo di suicidio dal 1980. Dal gennaio 2009 coordino il Centro Crisi per la Prevenzione del Suicidio nato nell'ambito della Struttura Complessa di Psichiatria di Biella, Unità Modulare 1, per rispondere a un'esigenza che da tempo emergeva sul territorio: fornire un servizio di prevenzione e cura rispetto al fenomeno suicidario. Da allora, sono intervenuti vari cambiamenti organizzativi che hanno portato all'estensione del modello organizzativo, a partire dal luglio 2014, anche alla Struttura Complessa di Psichiatria di Cossato (BI), Unità Modulare 2. Dal 2017, la Struttura Complessa di Psichiatria è unica.

Dall'inizio delle attività ad oggi, l'équipe di specialisti del Centro Crisi ha effettuato interventi psicoterapeutici e di counseling in circa 500 casi. Il team, costituito da due psicologhe e psicoterapeute, la dottoressa Carla Biolla e la dottoressa Elena Macchiarulo, che lavorano insieme a me, è contattabile direttamente. L'attività del Centro Crisi, inoltre, si integra strettamente con quella dei medici psichiatri e dell'assistente sociale presenti al Centro di Salute Mentale, e questo collegamento costituisce a nostro parere uno dei punti di massima forza per il funzionamento del Servizio. Gli interventi del Centro Crisi sono costituiti da psicoterapia individuale, colloqui telefonici di sostegno e di follow-up, psicoterapia di gruppo e progetti di sostegno lavorativo per persone a rischio suicidario.

Il Centro Crisi ha inteso offrire un servizio rivolto prioritariamente a chi tenta il suicidio e quindi necessita di un percorso di accoglienza e supporto per uscire dalla crisi. Il territorio biellese sta infatti conoscendo un aumento dei tentativi di suicidio che ricevono una

consulenza psichiatrica. Si tratta di un fenomeno che si caratterizza come particolarmente sfuggente: in alcuni casi, infatti, la persona non viene accompagnata al Pronto Soccorso, il gesto viene classificato in altro modo, per esempio come incidente domestico, e rischia di non essere preso in carico come sarebbe necessario, con possibili gravi conseguenze in tempi diversi.

Negli anni, l'équipe del Centro Crisi ha ampliato il raggio d'azione dei suoi interventi, in forza della natura sistemica del fenomeno: il suicidio, infatti, non è mai evento puntiforme, intacca relazioni, genera rotture e squilibri nell'ambito delle famiglie e produce fragilità non semplici da far emergere. In questo senso è nata l'esigenza di offrire un supporto ai cosiddetti "sopravvissuti": a partire dal 2012, è attivo un gruppo "aperto" di supporto, che è stato avviato dalla dottoressa Macchiarulo. Si tratta di un gruppo di confronto fra persone che hanno vissuto esperienze simili, un gruppo in grado di offrire supporto in quanto lo stare insieme dà più coraggio e diminuisce la fatica nel condividere le emozioni e consente l'apertura di spazi e tempi per parlare del fenomeno suicidio nella concretezza della sua manifestazione.

Fra gli obiettivi che abbiamo perseguito negli anni, un ruolo speciale l'ha rivestito il coinvolgimento del territorio e dell'associazionismo nei nostri progetti di informazione e sensibilizzazione. In tale direzione, associazioni come Auser, Telefono Amico e altre legate a quartieri particolarmente attenti alle questioni sociali come l'associazione "Amici del Vernato" hanno risposto con prontezza e hanno collaborato alla realizzazione di varie iniziative. A titolo di esempio, mi piace ricordare il convegno scientifico intitolato "Interventi efficaci nella prevenzione del suicidio", svoltosi il 23 febbraio 2013 presso l'Auditorium di Città Studi, che ha portato a Biella relatori di fama internazionale, e ha consentito alla cittadinanza di accostarsi ad esperienze di valore e ad aggiornamenti importanti nell'ambito della ricerca.

Di recente, con la giovane e combattiva associazione "Barriere per la Vita" abbiamo condiviso iniziative legate all'obiettivo di far collocare

barriere protettive su di un ponte divenuto un "hotspot" alla periferia della città di Biella. Una finalità concreta che, peraltro, è tesa a stimolare l'attenzione dell'opinione pubblica sul tema della prevenzione del suicidio nella sua complessità.

Abbiamo anche compiuto un passo avanti nella direzione del superamento di quella sorta di tabù che impedisce di accostare esplicitamente il tema del suicidio ai più giovani: abbiamo infatti realizzato, nel 2015, un progetto di informazione e supporto per una più efficace gestione di situazioni a rischio suicidario in ambito scolastico, costituito da due incontri con gli insegnanti del Liceo Classico, Linguistico e Artistico di Biella sul tema "Crisi adolescenziali e rischio di suicidio: riconoscimento dei segnali e forme di sostegno". Il progetto è stato proposto anche nella scuola secondaria di primo grado di Mosso, paese in cui è situato uno degli hotspot più drammaticamente noti del Biellese.

Nel 2016, grazie al supporto della citata associazione "Amici del Vernato", è stato stampato e diffuso un "vademecum" in forma di pieghevole di facile e veloce consultazione, contenente consigli e indicazioni sul comportamento da adottare nel caso in cui si viva una condizione di disperazione accompagnata dal desiderio di morire, oppure nel caso in cui si riconosca tale condizione in una persona cara o comunque conosciuta. Nel "vademecum" sono presentati gli interventi terapeutici di aiuto offerti per il superamento della crisi suicidaria, oltre ai recapiti delle sedi di Biella e di Cossato del Centro Crisi dell'ASL di Biella.

Inoltre, con le Forze dell'Ordine abbiamo intessuto relazioni di collaborazione e dialogo, offrendo supporto formativo specifico in merito alle situazioni di intervento in casi di suicidio e tentato suicidio.

Ancora, nel mese di settembre, in occasione della Giornata Mondiale per la Prevenzione del Suicidio, da anni è nostra cura organizzare una serata di confronto e riflessione sul tema: la partecipazione di un pubblico eterogeneo, costituito da giornalisti e "addetti ai lavori" ma

soprattutto da gente comune, ci conforta nel pensare che ci sia bisogno di affrontare un tema doloroso e scomodo, per costruire con pazienza e delicatezza una cultura della prevenzione da diffondere capillarmente nella società civile.

Nessuno può dirsi esente dal rischio suicidario: nessuno di noi, nessuno dei nostri cari. Questa riflessione deve invitarci a una maggiore attenzione nei confronti dei nostri stessi disagi e di quelli di chi ci sta accanto. Con questo spirito proponiamo il presente volume: non uno studio scientifico, ma una raccolta di testimonianze direttamente sgorgate dall'esistenza di persone che con il suicidio si sono dolorosamente confrontate, in momenti diversi della vita, in posizioni differenti rispetto al/alla suicida, e sentono di poterne e volerne raccontare i dirompenti effetti. Le narrazioni scritte dai sopravvissuti contengono tracce della strada che ciascuno di loro desidera costruire o che sta già percorrendo verso nuovi equilibri. Per la disponibilità a mettere in comune tutto questo sono personalmente grato a ciascuno di loro.

---

\*Psichiatra e Psicoterapeuta, Direttore della Struttura Complessa di Psichiatria ASL BI Biella.

# IL LUTTO DA SUICIDO: RIFLESSIONI

Elena Macchiarulo\*

Il lutto è un evento naturale. La maggior parte delle persone che ne sono colpite è in grado di recuperare spontaneamente uno stato di equilibrio in un periodo di tempo difficile da stimare, perché varia a seconda di fattori che possono influenzarne l'esito, ad esempio: il contesto, le caratteristiche personali e le situazioni che hanno causato il decesso.

Il tipo di morte sembra influenzare profondamente il decorso del lutto. Perdere il proprio caro in modo improvviso e inaspettato, per esempio, è molto diverso dal perdere una persona dopo una lunga malattia: adattarsi ad un cambiamento che si verifica in un lasso di tempo più o meno lungo può risultare "meno stressante" rispetto a quello richiesto in caso di eventi improvvisi.

La perdita di una persona cara per suicidio è scioccante, dolorosa e inaspettata. Quando parliamo di suicidio, parliamo inevitabilmente di una morte che proprio per le sue caratteristiche viene identificata come "traumatica".

In psicologia il trauma viene definito come una ferita che comporta primariamente l'essere sopraffatti da emozioni molto dolorose e intollerabili, con tutto il coinvolgimento della persona per poterlo gestire.

Per definizione, il trauma è un evento acuto, impreveduto, improvviso ed inaspettato, che la persona sperimenta come destabilizzante e devastante. È qualcosa che viene riconosciuto come universalmente schiacciante e paralizzante. Le persone tendono a descriverlo e a riferirsi ad esso con espressioni come "troppo forte", "troppo pesante", "impossibile da reggere", "non ce la posso fare", "niente è più come prima".

Gli individui colpiti dal trauma non si aspettano di tornare alla vita

normale, ma cercano di adattarsi ad una nuova condizione: ci si riferisce spesso ad un prima e a un dopo, a qualcosa che ha segnato un profondo cambiamento di vita.

Subito dopo un evento difficile, le persone descrivono pensieri ricorrenti su quel che è successo; poi, lo scorrere del tempo modifica il modo in cui il cervello elabora le informazioni correlate all'evento. Alcune volte questo non accade, e il passato è rivissuto con un'intensità sensoriale ed emotiva tale che la persona coinvolta ha la sensazione che stia accadendo di nuovo.

Nel periodo successivo ad un evento traumatico è da ritenersi normale provare disagio, agitazione, ansia e preoccupazione rispetto all'accaduto.

La "condizione di allarme", che può rimanere attiva per giorni, è caratterizzata da uno stato di iperattivazione (tachicardia, tensione muscolare, aumento della pressione arteriosa, agitazione) e può alternarsi a momenti di "spegnimento" (stordimento, rallentamento) in cui le emozioni possono essere appiattite e offuscate.

Durante le fasi immediatamente successive, le persone hanno bisogno di sentirsi al sicuro e protette. In questo primo momento è importante fornire alla persona tutte le informazioni sul trauma e i suoi effetti sul corpo e sulla mente, per aiutarla a "normalizzare" le reazioni emotive, che sono spesso forti, e che destabilizzano chi le sta sperimentando. È questa una fase molto importante, in cui si può impostare un percorso psicoeducazionale che ha la finalità di fornire con chiarezza nozioni e indicazioni per gestire un così delicato momento.

Tale fase passa, attraverso un certo lasso di tempo, da una stabilizzazione emotiva che mira a diminuire l'attivazione e aumentare il senso di controllo e di sicurezza, ad un'elaborazione dell'evento, per provare ad arrivare ad un'integrazione dell'esperienza traumatica. Se il disagio si protrae nel tempo, si potrà iniziare a pensare ad una condizione clinica degna di attenzione.

Vivere un trauma non significa necessariamente sviluppare dei sintomi psicologici: oggi sappiamo che alcune risorse che hanno a che fare con quella capacità che viene chiamata resilienza possono risultare protettive e facilitare il processo di guarigione.

Solo una parte degli individui sviluppa una sintomatologia post-traumatica che tenderà a persistere nel tempo se non adeguatamente trattata. Alcune persone che si sono confrontate con prove estremamente dure della vita hanno dimostrato che il trauma può portare con sé un aspetto forte e potente, un'opportunità di cambiamento positivo e di crescita personale.

Sono diversi gli studi che si sono concentrati sulla cosiddetta "crescita post-traumatica", ossia la possibilità di trasformare un avvenimento negativo di vita in uno stimolo di cambiamento migliorativo, attraverso la scoperta di capacità, magari prima sconosciute, che sembrano attivarsi in stretta relazione alla necessità di fronteggiare l'evento accaduto.

A volte si assiste ad una vera e propria modificazione della propria filosofia di vita, con la crescita di un'attenzione alla spiritualità e a priorità nella scala di valori.

Spesso l'esperienza traumatica rinnova e arricchisce i rapporti interpersonali favorendo e amplificando l'empatia, che risulta molto utile per coltivare e mantenere le relazioni. L'adattamento a questo nuovo modo di vivere può richiedere, però, molto tempo.

Siamo portati a considerare la sofferenza di colui che sperimenta un evento difficile, ma attorno all'individuo esiste un altro mondo, fatto dalle persone che in maniera differente entrano in contatto con lui e con l'evento accaduto. Il lavoro da svolgere sulla scena degli eventi, ad esempio, con il compito di soccorrere o il contatto con i racconti e la sofferenza delle vittime richiedono spesso la mobilitazione di notevoli risorse.

I soccorritori, intesi come le prime persone coinvolte, arrivano molto spesso, per necessità, a sviluppare un'alta soglia agli eventi traumatici; tuttavia, in alcuni momenti della vita, o per alcune circostanze particolarmente "delicate", possono andare incontro loro stessi ad una traumatizzazione psichica e presentare disturbi psicologici a breve o a lungo termine. Questa condizione psichica, tipica delle persone che prestano soccorso, viene comunemente chiamata "traumatizzazione vicaria" e riguarda le modificazioni relative al proprio equilibrio psicologico

sia nell'immediato (poiché durante il proprio servizio il soccorritore ha assorbito il clima doloroso e cruento dell'evento traumatico) sia successivamente, lavorando giorno dopo giorno in contesti particolarmente dolorosi.

Pur sviluppando nel corso del tempo un livello di tolleranza particolarmente alta di fronte ai fattori di stress, il soccorritore o comunque il professionista che operativamente ha a che fare nel quotidiano con eventi di una certa portata risulta una persona fortemente a rischio sul piano psicotraumatologico.

I sintomi si possono manifestare in varie aree (emotiva, cognitiva, comportamentale e relazionale) e possono variare da una sintomatologia sfumata, come un'eccessiva stanchezza o un senso di affaticamento cronico, ad una lieve o moderata depressione, alla fatica a prendere o mantenere il sonno, fino ad arrivare a manifestazioni comportamentali di cinismo e irritabilità che possono emergere durante il lavoro o colpire la sfera personale. A volte, il professionista si può trovare accusato di non aver fatto abbastanza, di non aver compreso la situazione e, oltre a vivere la propria personale sofferenza, a condurre le proprie riflessioni, è costretto a confrontarsi con attacchi esterni e magari anche a doversi difendere dalle accuse verso il proprio "agire professionale". L'aspetto nevralgico che riguarda tutti i professionisti e i volontari che, in vari contesti e ruoli, si trovano a soccorrere persone che tentano il suicidio e loro familiari e cari consiste nella prevalente assenza di supporto: vivere momenti così delicati in sostanziale solitudine aggiunge un'ulteriore criticità. Il gruppo di colleghi può fornire un aiuto e rappresentare una presenza funzionale; tuttavia, ci sembra necessario stimolare lo sviluppo e la diffusione di una nuova sensibilità e cultura del trauma, in grado di accogliere il disagio e il dolore di tutti coloro che in misura maggiore o minore entrano in contatto con eventi traumatici di questa portata.

---

\*Psicologa, Psicoterapeuta Struttura Complessa di Psichiatria ASL BI Biella.

# CHE COS'È ANCORA VIVI

Roberta Invernizzi\*

Il presente volume raccoglie testimonianze di persone che si sono confrontate con l'esperienza del suicidio da differenti punti di vista, in relazione al ruolo e al legame che individualmente (e quindi irripetibilmente) avevano con chi si è tolto la vita. "Storie di sopravvissuti", si potrebbe sunteggiare, facendo riferimento a un termine ormai invalso nella letteratura di settore che raggruppa "chi resta", di norma designando i familiari. La visione complessiva che proponiamo implica un'estensione dell'area di applicazione di tale termine: l'atto suicidario, in quanto evento socialmente rilevante, risulta infatti in grado di riverberarsi in maniera ampia e profonda all'interno della comunità cui appartiene il suicida, anche oltre quanto si possa intuire di primo acchito sulla base delle relazioni "ufficiali". Compagni di vita, genitori, figli, ma anche compagni di scuola, amici, colleghi, vicini di casa, membri delle forze dell'ordine e volontari che si trovano a intervenire al momento dell'emergenza: a ogni suicidio, il tessuto sociale considerato nella sua interezza subisce una ferita e rimane a confrontarsi con un interrogativo aperto, spesso balbettando luoghi comuni che sembrano offrire certezze in grado di fungere da ossigeno. Quella morte, quel tipo di morte cui la scomparsa di quell'uomo o quella donna pertiene, genera uno strappo, una lacerazione che può avere conseguenze difficili e importanti da rintracciare, attraverso il tempo e lo spazio, attraverso legami formali e informali. Si tratta di conseguenze multiformi che spesso rimangono immerse nell'implicito del tabù, sommerse nel non detto perché non dicibile, "im-presentabile", ma che possono assumere una notevole rilevanza costruttiva, nella prospettiva di un'autentica e inclusiva cultura della prevenzione e dell'aiuto in relazione al suicidio.

Questa è la lettura che abbiamo fatto nostra e che ha mosso una convergenza di sguardi di cura verso un tema di drammatica attualità per il

territorio biellese come per molte altre aree, nel nostro Paese e nel mondo: i promotori e attuatori del progetto sono stati l'Azienda Sanitaria Locale – ASL BI, l'Associazione di promozione sociale "Barriere per la Vita" e Anteo cooperativa sociale onlus (la realtà cooperativa che da oltre vent'anni gestisce i servizi psichiatrici biellesi). Tre soggetti in ascolto costante e operativo delle fragilità di una comunità che ha vissuto, negli ultimi anni, profonde trasformazioni di natura socio-economica, intrecciate a sensibilità culturali che a volte faticano a orientare all'altro in termini di accoglienza e attenzione solidale.

Il titolo del progetto e della pubblicazione che lo racconta e approfondisce è "Ancora vivi": ancora in vita sono sia le persone che "si salvano", sopravvivendo al suicidio di qualcuno cui sono in qualche modo legate, sia i suicidi stessi, che "permangono nel tempo", restando presenti nella memoria individuale e collettiva, nei pensieri (anche i più segreti), nelle narrazioni, nei gesti, attraverso differenti processi di elaborazione e sedimentazione che il progetto stesso porta alla luce con le parole dei "sopravvissuti".

Gli obiettivi del progetto rientrano nella dimensione della prevenzione attraverso la conoscenza. Raccogliere testimonianze significa stimolare la riflessione e il confronto a proposito di un tema doloroso e scomodo, ma soprattutto ricostruire il portato traumatico ed emotivo di ciascun singolo suicidio, riconosciuto e raccontato nella sua perentoria unicità: la pregnanza delle storie che emergono dai testi contenuti in questo volume deriva proprio dalla loro capacità di restituire scorci di esistenze, non dati o fattori di analisi di un fenomeno sociale. Il contatto con la materia magmatica dei sentimenti e dei pensieri di coloro che sono stati coinvolti da morti volontarie è in grado, a nostro avviso, di instillare dubbi, suscitare interrogativi, erodere pregiudizi e stereotipi culturalmente sedimentati e talvolta alimentati da un metodo di informazione ancora acerbo rispetto all'esigenza di seminare una cultura dell'ascolto e del rispetto. Inoltre, alle persone che stanno vivendo una fase critica della propria vita, le testimonianze di chi è "ancora vivo" possono raccontare delle risonanze drammatiche che il gesto suicidario è in grado di generare, restituendo un ampio ritratto delle conseguenze possibili e integrando gli elementi di scelta, qualora la specifica condizione consenta valutazioni e riflessioni di questa natura.

Se è vero che la reale prevenzione è responsabilità, vale a dire, nel nostro caso, capacità di dare risposte alle fragilità e al profondo disagio delle persone a rischio suicidario, la conoscenza converge nella direzione corretta: solo accostandosi a ciò che avviene si può pensare di elaborare e attivare strumenti non solo efficaci, ma anche rispettosi di tutte le persone a vario titolo toccate dal suicidio. Ricordando che la parola "rispetto", spesso sottovalutata e fraintesa, "raffreddata" perché relegata in contesti di rigido bon ton, in realtà rimanda al verbo *respicere*, "guardare", si può intendere la rilevanza della questione: ciò che occorre, come presupposto imprescindibile di qualsiasi strategia e azione, è uno sguardo di accoglienza consapevole, non solo aperta ma "spalancata", della complessità della materia esistenziale in campo.

La narrazione ci è parsa lo strumento più naturale e adeguato per aprire spazi di condivisione accessibili, multiformi, dinamici, in quanto rispondente all'istinto universale di raccontare e ascoltare storie. Alla ricerca di uno stimolo narrativo adeguato e fecondo, abbiamo individuato nella forma poetica minimale dell'haiku un'opzione convincente. Brevi componimenti di 17 sillabe ripartite in tre versi (due quinari alternati a un settenario), immediati come un'istantanea, dotati di un intenso potere evocativo e suggestivo; densi e freschi, gli haiku appartengono a una plurisecolare tradizione giapponese, ma sono anche stati oggetto d'interesse e produzione ad opera di autori occidentali e moderni, fra i quali Jack Kerouac e Andrea Zanzotto. Quest'ultimo, in particolare, durante un periodo di profondo disagio psicologico, ricorse proprio alla composizione di haiku come strumento di auto-aiuto. Solitamente gli haiku raffigurano, attraverso poche parole gettate nel silenzio, situazioni e azioni in contesto naturalistico (animali, vegetali, elementi minerali, paesaggi), con la connotazione di una stagione precisa. Frammenti di vita cosmica tratteggiati in un acquarello di parole. Abbiamo inoltre individuato un autore che offrì, attraverso i suoi haiku, contenuti esistenziali in qualche maniera prossimi a quelli di coloro che sarebbero stati invitati a narrare il loro vissuto. Sulla base di una precedente esperienza sperimentata in contesto differente, abbiamo scelto Kobayashi Yōtarō, vissuto fra il 1763 e il 1827, fattosi monaco con il nome di Issa ("tazza di tè") e segnato dall'esperienza della malattia e della morte fin da bambino: perse la madre a 3 anni, la nonna a 14 e, in maturità, la moglie

e i quattro figli, ancora piccoli. La seconda moglie l'avrebbe abbandonato, mentre la terza gli sopravvisse, dando alla luce una bimba pochi mesi dopo la morte improvvisa dello stesso Issa. Proprio la sofferenza è stata l'humus in cui si è sviluppata la sua scintillante narrazione in forma poetica, non priva di umorismo (che in fondo altro non è che una delle strategie di coping disponibili a ogni essere umano), focalizzata sull'attenzione per la quotidianità e la semplicità, sulla compassione per gli esseri viventi più piccoli e inermi. Un poeta percorso, nel suo vivere come nel suo creare, dal dolore e dallo sforzo di reagire a esso.

Abbiamo composto una sorta di "traccia multipla", selezionando dieci haiku di Issa, proposti a tutti i nostri "sopravvissuti" interlocutori, in modo tale da poter effettuare analisi trasversali e comparazioni: abbiamo, in altri termini, optato per uno strumento unitario, composto e scomponibile, in grado di includere e armonizzare semplicità e complessità. Eccone la configurazione:

Com'è strano  
anche vivere così!  
L'ombra dei fiori.

Rondini della sera.  
Non ho alcuna speranza  
nel domani.

La rana  
gioca con me  
a guardarmi fisso.

Dico parole brevi.  
Se avessi anche un  
interlocutore...  
Luna di metà autunno.

Mondo giusto!  
Un fior di loto anche per  
un soldo bucato.

Mondo di sofferenza:  
eppure i ciliegi  
sono in fiore.

Solitudine:  
dovunque guardo  
vedo violette.

Ad ogni cancello  
la primavera comincia  
dal fango sui sandali.

Fine dell'anno.  
In ogni caso  
mi affido a te.

Nella notte oscura  
mi sembra di vedere  
la prima neve.  
Ho male alla nuca.

I dieci haiku sopra riportati sono andati a costituire una rosa ampia e diversificata di stimoli fra i quali i narratori hanno potuto scegliere; la loro stessa scelta è stata oggetto di prime riflessioni, in quanto ha evidenziato alcune convergenze significative. Sono peraltro emerse diverse focalizzazioni nell'ambito dello sviluppo del medesimo haiku, in un significativo intreccio tridimensionale di chiaroscuri del quale si dà conto nelle analisi relative alle singole narrazioni. Per questo motivo, le storie scritte dai testimoni sono state organizzate sulla base della traccia sviluppata: cogliere le differenti declinazioni che gli stimoli narrativi hanno ricevuto induce a riflettere sul potere evocativo della parola poetica e sui suoi effetti deflagranti o facilitanti rispetto all'esplorazione del mondo emotivo. Di fatto, ogni narrazione ha restituito un vissuto assolutamente singolare e non sono comparse significative somiglianze fra i temi trattati da coloro che hanno scelto le medesime tracce: ciò rafforza l'ipotesi di una potenzialità generativa enorme insita negli haiku, nonostante la loro esiguità materiale. Si aprono dunque ulteriori riflessioni "meta" circa l'azione di una traccia narrativa molto breve ed evocativa sull'immaginario e sullo scenario simbolico e di memoria di coloro che, in vario modo, hanno vissuto un evento suicidario.

Dopo l'individuazione della tipologia di traccia e dopo la composizione della "traccia multipla", il processo di costruzione del progetto è proseguito con la proposta, a volte presentata a gruppi di persone, a volte esposta individualmente, soprattutto in base alle preferenze dei destinatari. Si tratta di persone in prevalenza seguite dal Centro Crisi del Dipartimento di Salute Mentale dell'ASL di Biella a seguito di un evento suicidario; in altri casi, le persone sono state reclutate sulla base di conoscenze personali o di contatti nati in occasione di precedenti progetti o interventi analoghi, come, per esempio, incontri di analisi e riflessione con compagni di scuola di minori suicidi, a cura degli specialisti della medesima struttura sanitaria biellese.

Proporre a una persona ferita, convalescente da poco o molto tempo, di scrivere del suo vissuto è un atto tutt'altro che neutro: forte è la sensazione (il timore) di invadere un santuario in cui sono sospese le percezioni, in cui i ragionamenti si susseguono senza fine e vorticosamente, oppure tacciono, testardi o raggelati; soprattutto accostandosi a chi non pratica abitualmente la

narrazione, si teme di infastidire prospettando un'incombenza che potrebbe essere vissuta come doppiamente onerosa. C'è poi la possibilità di innescare movimenti del sentire dagli imprevedibili sviluppi, con la conseguente responsabilità di aver turbato equilibri fragili: il rischio dell'interferenza, insomma. Insieme alle competenze professionali e all'esperienza, fornisce il coraggio e alimenta l'alleanza la fiducia nelle potenzialità trasformative della narrazione (benefiche in termini di predisposizione a nuovi equilibri, agevolazione alla tridimensionalità, ridefinizione dei confini, ricollocazione dei ricordi...) e nell'utilità della condivisione del dolore. Si aggiungono, in ogni momento e aspetto della relazione, l'indispensabile rispetto per i narratori e per il loro stare e la massima tutela della loro riservatezza.

La consegna di scrittura è stata improntata alla libertà: a fronte delle dieci tracce-haiku, ciascun narratore è stato invitato a scegliere da un minimo di uno a un massimo di dieci haiku-stimoli da sviluppare; lo sviluppo narrativo non ha ricevuto limitazioni di righe o pagine, né si sono fornite ulteriori indicazioni (scrivere a mano o su pc, scrivere in prosa o in versi, ecc.). Così, fra i narratori, c'è chi ha scelto più tracce e chi invece ha fatto (o visto) scaturire il proprio racconto da un'unica traccia-haiku.

L'analisi narrativa dei testi enuclea anche questo aspetto, vale a dire incornicia il testo stesso nello stato d'animo del narratore di fronte alla proposta di raccontare aspetti del suo vissuto. In tal senso, abbiamo rilevato un prevalente stupore iniziale, a fronte di una tipologia di traccia "inattesa"; la maggior parte delle persone coinvolte si aspettava un input più tradizionale e la sorpresa a volte è risultata distensiva, in quanto contenente una sorta di leggerezza a dispetto dei contenuti coinvolti. La scrittura è stata prevalentemente "di getto", non solo fra coloro che non praticano la narrazione abitualmente: pare che la tipologia di traccia abbia in qualche maniera orientato verso questa tipologia di svolgimento.

L'esperienza comune riferita ex post dai narratori è quella di una sorta di associazione subitanea fra traccia e relativo sviluppo; alcuni hanno riferito quanto certe tracce fossero loro suonate fin da subito mute, estranee, e quindi sterili; viceversa, alcuni haiku contenevano un elemento altrettanto istantaneamente evocativo (ad esempio, presenze naturalistiche elementari come fiori o animali, oppure parole familiari, magari perché ricorrenti proprio nei dialoghi con la persona suicida). Nessuno ha avuto difficoltà a

individuare un'origine per il suo scrivere: ciascuno ha trovato un appiglio, un "la". La consegna dei testi è avvenuta entro termini variabili da pochi giorni a un mese circa, in relazione a fattori contingenti (impegni personali, scadenze lavorative, ecc.), ma anche in relazione a esigenze di elaborazione e di recupero dell'equilibrio emotivo: alcuni narratori hanno riferito un vissuto destabilizzante connesso al compito eseguito (a volte interpretato proprio in questo modo, come "compito", nonostante la proposta fosse stata orientata, naturalmente, verso altra direzione: la pratica di scrittura era rimasta, in tali casi, ancorata all'esperienza scolastica).

L'esito finale è un mosaico di testimonianze eterogenee, che riproducono vissuti altrettanto diversificati rispetto all'esperienza di suicidio e che diventano patrimonio di riflessione comune grazie alla generosa disponibilità dei narratori. La singola storia si riorganizza attorno a nuclei rappresentati dagli haiku o meglio dalle evocazioni contenute in ciascun haiku: come una fioritura di parole dotate di colori e consistenza differenti, germogliate dagli stessi semi, magicamente fecondi, laddove di vita a volte sembra ne sia rimasta poca o, quantomeno, in affanno. La scintilla poetica diventa principio vivificante e portante, struttura le narrazioni anche quando le lascia procedere lontano da sé, verso ricordi e speranze, tormenti e risposte, anche quando il registro scelto sembra improntato alla distanza, per esempio attraverso un'inattesa ironia.

I testi sono qui trascritti e resi disponibili in maniera assolutamente fedele agli originali: eventuali refusi o sviste ortografiche rappresentano ulteriori segni di autenticità sorgiva e nulla rilevano in un contesto in cui la correttezza formale non interessa affatto. Alla raccolta e trascrizione delle narrazioni ha fatto seguito la loro reale "accoglienza", la loro valorizzazione in termini di senso (significato e direzione insieme). Non appare del tutto corretto definire "analisi" l'approccio di fronte ai testi prodotti: non abbiamo infatti espresso alcuna intenzione realmente analitica, soprattutto in termini di dissezione, esame, scomposizione, men che meno valutazione. Ciò che abbiamo operato è piuttosto una sorta di tentativo di lettura profonda, di immersione nel mondo che quei frammenti hanno schiuso, a volte aprendo fessure strette e dure. La lettura è stata condotta con strumenti e competenze distinte: sul piano narrativo e sul piano psicologico, vale a dire cogliendo aspetti di natura linguistico-lessicale, stilistica, strutturale,

ritmiche e aspetti connessi in particolare sulle strategie di coping. In particolare, dal punto di vista psicologico, sono stati rintracciati ed enucleati, accanto ai significati espressi, elementi appartenenti alla sfera emotiva funzionali all'individuazione di possibili risposte alla domanda: "che cosa sta accadendo alla persona che scrive?" La narrazione, infatti, sembra essere un processo fondamentale sia per dare un'organizzazione al proprio mondo interiore sia per attribuire significati all'esperienza umana. In tal senso può divenire mezzo terapeutico finalizzato alla creazione di nuovi significati, attraverso la ricostruzione di scenari passati e la delineazione di strade future. Dunque proprio la disponibilità, spesso il desiderio o il bisogno di riorganizzare i propri pensieri e le proprie emozioni, di sperimentare l'apertura e l'espressione di sé attraverso un canale diverso da quelli ordinari e la maggior consapevolezza dei propri sentimenti ha mosso la produzione delle storie qui presentate.

Per quanto concerne la dimensione narrativa, sono stati utilizzati alcuni modelli appartenenti all'ambito della medicina narrativa. Questa scelta non è dettata, naturalmente, da alcun obiettivo di "patologizzazione" della condizione esistenziale del sopravvissuto: quest'ultima è certamente percorsa da forme di sofferenza acuta e suscettibile di trasformazione in disturbi di natura psicologica e psichica, ma nel contesto della nostra narrazione plurale questo non rileva, non intendendo noi adombrare vie terapeutiche che vanno affrontate, se la persona lo desidera, su altri piani. L'applicazione di filtri di lettura legati alla medicina narrativa è, a nostro avviso, giustificata dal fatto che le narrazioni che abbiamo recepito scaturiscono dalla fragilità, dal dolore, da condizioni assimilabili per complessità e intensità, anche per l'incertezza circa gli sviluppi, a molte condizioni di malattia; analogamente, vi sussistono possibilità di cura, intesa in senso lato, non come terapia, ma come "sguardo" di autentico "interesse disinteressato" ("inter-esse"), attenzione umana, presenza pulsante; inoltre, concetti come resilienza e trasformazione del fato in esperienza attraverso la narrazione ricorrono sia nel contesto del sopravvissuto al suicidio sia in quello del sopravvissuto alla malattia o del malato cronico.

Le testimonianze che presentiamo raccontano vissuti di pathos e logos, discorsi sul patire che ogni giorno intride la carne di chi scrive. Un pathos che sconvolge e coinvolge, che può stravolgere i ragionamenti, i giudizi lineari

che "la gente" esprime con automatica leggerezza di fronte a ciò che per essa è cronaca; un logos che trasforma in parola quel pathos, che racchiude in frasi il sentire, a volte recalcitrante, restio alle prigioni d'inchiostro che promettono un po' di quiete ma che spesso restituiscono più domande che risposte. In verità, la narrazione, in forza del suo potere trasformativo, della sua capacità di chiarificazione, della magia che sprigiona fin dall'atto di riflessione che di necessità la precede, risulta in alcuni casi esplicitamente benefica. Non risolutiva, poiché nelle storie presentate una risoluzione, in senso stretto, non c'è; "risoluzione", infatti, sarebbero (forse) il ritorno di chi se n'è andato o la possibilità di poter finalmente ottenere la risposta alla domanda che, ossessivamente, si ripresenta, anche a prescindere da eventuali messaggi esplicativi lasciati dal suicida: "perché?"

L'analisi narrativa si è focalizzata, di volta in volta, su elementi come la dimensione linguistica, attraverso l'individuazione delle parole-chiave (perché ricorrenti o perché sembrano racchiudere il senso complessivo dello scritto), la rivelazione dell'equilibrio fra linguaggio fattuale (che denota un ancoraggio alla realtà) e il linguaggio simbolico (con riferimento a proverbi, metafore, immagini), nonché l'utilizzo dei tempi verbali (passato – presente – futuro). Alcune parole ed espressioni hanno messo in gioco tutta la loro potenza e ricchezza semantica: la "sera", la "giustizia", la "fine dell'anno", il "te" di "mi affido a te", per esempio, hanno ricevuto molteplici letture, di differente segno e colore.

Per quanto concerne i modelli citati, quello elaborato dall'antropologo medico Arthur Kleinman è risultato funzionale all'identificazione degli aspetti soggettivi e intersoggettivi dell'esperienza di sofferenza e fragilità; in particolare risulta interessante il suo messaggio di fondo, sintetizzabile in un richiamo alla necessità di allineare i "sistemi di aiuto" ai sistemi simbolici ed esperienziali di chi riceve l'aiuto; nel nostro contesto, ciò consente di valorizzare come essenziale l'esperienza individuale del lutto da suicidio, come unica vera guida per coloro che, sia in ambito sanitario sia in ambito familiare e amicale, intende essere di supporto al "sopravvissuto". Il modello di John Launer è stato un riferimento utile per cogliere il movimento delle storie, il loro dinamismo interno, il ritmo che le percorre nel processo di (ri)costruzione di senso che innescano rispetto all'esperienza di dolore cui si riferiscono. Infine, il modello elaborato dal sociologo Michael Bury, che assume come concetti-guida

elementi a noi utili, quali la lettura dell'irruzione della malattia (nel nostro caso, l'irruzione del lutto per suicidio) come "rottura biografica", come "punto di non ritorno", è servito per cogliere diversi aspetti prevalenti nelle singole narrazioni: quelli "contingenti", vale a dire ancorati agli eventi, quelli "moralì", vale a dire portatori di elementi valutativi (quali, per esempio, lo stigma), e quelli "core", cioè tendenti a inserire l'intera vicenda raccontata all'interno di una cornice di senso presentata secondo forme narrative "tipiche" (epica, tragica, romantica, ecc.).

I modelli di analisi utilizzati sono risultati complementari e efficaci nel far emergere aspetti interessanti e convergenti per la comprensione del sentire del narratore, e possono offrire possibilità di individuazione e rinforzo delle strategie di coping messe in atto. Prevalgono complessivamente i vissuti emozionali di chi si è raccontato: la semplicità e la concretezza delle tracce, dunque, paiono orientare all'essenziale, all'interiore, anche nei testi apparentemente più schematici e rigidi.

E così si rintracciano il dolore che immobilizza (bloccando lo scorrere autentico dell'esistenza); l'insofferenza rispetto alla "gente", che parla, processa sommariamente e sommariamente sentenza; lo sfinimento di una sorta di irragionevole attesa, sfinimento forse simile a quello che origina alcune scelte suicidarie; l'esigenza soffocante di una forma di quiete che non si riesce neppure a immaginare; la turbolenta reazione emotiva di chi è soverchiato dalle domande e fatica a confrontarsi con l'assenza di risposte; l'inquietudine di chi scivola nel giudizio per superare lo scandalo del darsi la morte che l'ha lambito senza preavviso; l'esigenza di costruire tanti "non" ("non ho capito", "non mi hai detto", "non posso", "non riesco", "non sai", "non so") e "perché"; e poi la nostalgia, il rimorso, il rimpianto, la rabbia, l'atto di accusa (verso se stessi o verso chi si è suicidato o entrambe le cose), il rifiuto (della scelta, degli eventi, delle emozioni), l'abbandono, l'avvicinarsi di ipotesi e interpretazioni, l'autocritica ("e io? Che cosa avrei dovuto... Che cosa avrei potuto...?"). Così l'uomo, instancabile costruttore di senso, è chiamato, in ciascuno di noi, a non desistere, ad attingere alla solidale prossimità per preservare in circolo l'amore per la vita e la percezione del suo significato. Comunque. Com'è possibile.

Una delle esigenze eticamente prioritarie, come già accennato, è stata la tutela della riservatezza di coloro che hanno offerto la loro testimonianza

dando corpo (parola) a una disponibilità preziosa, attraversata a sua volta da una sensibilità morale, quella assai significativa che porta alla condivisione di aspetti molto intimi della propria esperienza esistenziale. In questa prospettiva, le brevi, a volte telegrafiche, introduzioni che precedono i testi prodotti e le relative analisi sono esili cornici, minimali tracce del contesto in cui sono avvenuti i fatti e si sono sviluppati i vissuti. Al di là dell'imprescindibile istanza di cui sopra, si è trattato, peraltro, di constatare ancora una volta quanto i dettagli, la concretezza descrittiva, la contestualizzazione puntuale non risultino affatto funzionali a una reale comprensione: indugiare sul piano oggettuale, infatti, rischia di generare interferenze rispetto all'accostarsi al nucleo emotivo e di significato dell'esperienza trasmessa.

Lo sguardo spoglio di oggettualità è lo sguardo di chiunque sulla storia (potenzialmente) di chiunque: lo sguardo universale sul dolore universale, che si propaga di cuore in cuore, di mente in mente, senza potersi mai spegnere completamente. Non è in alcun modo, questo, un contesto di intervento terapeutico né di analisi sociologica: la dimensione dell'ascolto e della comprensione si nutre delle parole del testimone e ne segue le suggestioni, in un percorso a volte tortuoso, segnato da ombre ora fresche ora fonde, da raggi che rischiarano oppure accecano e bruciano... Il gesto di chi legge sarà tanto più in armonia con l'approccio sposato quanto più somiglierà al movimento di una mano che s'immerge in un sacco di semi: nuda, delicata, attenta, disponibile a percepire la forma e la consistenza di ciascun seme e dell'insieme dei semi tutti, prendendosi il tempo necessario per farlo con consapevolezza, nella propria autenticità di persona. Con l'intenzione, filosoficamente concepita, di una carezza partecipante e riflessiva.

---

\*Filosofa, scrittrice, formatrice, progettista presso Anteo coop. soc. onlus, si occupa da alcuni anni di attività legate alla prospettiva della Medicina Narrativa, in particolare in collaborazione con la Struttura Formazione dell'ASL di Biella.

## LE STORIE



Com'è strano  
anche vivere così!  
L'ombra dei fiori.

*Una donna sposata con figli si toglie la vita, circa un anno fa.  
Chi scrive è la madre.*

Amore mio, iniziavo quasi sempre così i biglietti e le lettere che ti scrivevo; ma questa volta sarà senza una risposta, purtroppo non mi risponderai MAI. Non posso fare a meno di pensare alla mia vita con te, fin dal primo momento che ho saputo di aspettarti, una vita dentro di me, ero la donna più felice del mondo. Sei nata, cresciuta e mi hai dato grandissime soddisfazioni, sia nel mondo scolastico che nella vita in generale. Ricordo ancora la notte prima della tesi, io e te sedute nel bagno dell'hotel di Torino, che mi ripetevi quello che il giorno successivo avresti esposto; ma io dato l'orario ed anche la complessità della materia, ti dicevo sempre sì e ti incoraggiavo. Ti ho sempre sostenuta anche nei tuoi primi amori che mi confidavi, papà (lo sappiamo) era un po' geloso e mi chiedeva sempre. Ti ho sempre dato grande fiducia nelle tue scelte, perché ti ho sempre ritenuta matura per farle. L'amore ti ha portato via infine dalla grande città e noi, a tempo debito, ci siamo trasferiti per esserti vicini, mi hai donato due meravigliosi nipoti, che oggi sono la mia ragione di vita, senza di loro che sono parte di te non potrei sopravvivere. Ma perché amore mio, io che solo guardandoti sapevo se avevi mal di testa o eri indisposta? Non sono riuscita a scoprire il male che avevi dentro e non mi hai fatto capire nulla. Non so dove tu sia ora, ma spero col cuore che tu abbia trovato la felicità e la serenità di cui avevi bisogno. Amore mio perché? Hai lasciato i tuoi amori orfani? Questa l'unica domanda a cui vorrei una risposta. I tuoi genitori senza te, nel grandissimo dolore, solamente aggrappati all'amore dei tuoi due gioielli. Come è strano anche vivere così!

Amore mio, ti amo, ti ho amata e ti amerò per sempre.  
la tua mamma

Dal punto di vista narrativo, il tema dell'amore s'impone dalla prima all'ultima riga: un sentimento che prosegue in continuità con il "prima", che viene rapidamente ripercorso nella memoria con connotazioni totalmente positive, intride il presente e promette permanenza in futuro. Un amore che richiama una fusione, una non separazione/separabilità: ecco allora emergere l'incredulità di fronte a questo legame spezzato, con tutta la paura a proseguire una vita da sola. L'altra parola chiave è proprio "vita". Su questa diade, potremmo dire contro di essa, s'innesta la diade domanda-risposta, disperante nella sua incapacità di offrire uno snodo, un passaggio verso il futuro, un futuro senza la figlia. Dal punto di vista dinamico (modello di Launer), la narrazione fotografa una realtà immobile, raggelata: la ricorrenza della domanda "perché?" manifesta una sorta di nodo che non si scioglie e che fa ristagnare nell'impossibilità di capire. D'altra parte, dalla medesima stabilità è connotato il sentimento d'amore che la madre dichiara senza sosta.

Applicando il modello di Bury, si colgono riferimenti moral nei passaggi in cui viene rivolta una sorta di rimprovero a chi ha lasciato i figli orfani e i genitori nella solitudine, con il conforto dei nipoti. Al centro dell'attenzione è qui il legame potente che lega madre e figlia e quindi la figlia ai suoi figli: le figure collegate alla donna suicida. Il tono risulta fermo, non duro, come di genitore che richiama il figlio alla responsabilità, alla realtà di ciò che ha fatto, nell'idea che il figlio non abbia realizzato appieno le conseguenze dei suoi atti. Peraltro, anche la sua stessa capacità di capire la figlia viene messa in discussione, specularmente a una possibile opacità da parte della figlia stessa; tale specularità sembra risultare ragionevole e almeno in parte pacificante, dando luogo, in qualche modo, a una "spartizione" della responsabilità della non penetrazione della volontà suicidaria. Nello stesso tempo, la scrivente mette in dubbio una reale capacità di lettura interna, ponendo l'accento soprattutto su condizioni esterne, visibili.

La "stranezza" cui fa riferimento la traccia-haiku sembra dunque legata all'impossibilità di sapere, in contrapposizione con l'idea passata della trasparenza totale: la madre rimane all'oscuro (forse per la prima volta dalla nascita della figlia non viene informata) delle radici della decisione suicidaria e della "condizione" che ora sta vivendo la figlia (e che spera di serenità, manifestando quindi lo sviluppo di una qualche misura di

immaginazione in merito, anche per un'idea di pace e pacificazione).

La "stranezza" della vita dopo la morte della figlia scaturisce anche da un sentimento di incredulità: la complicità, l'intimità, la fiducia, la prossimità profonda delle loro due anime, ciò che sembrava tanto certo (che aveva bisogno di esserlo) da risultare non discutibile (se non ad un costo elevatissimo) non hanno consentito alla madre di comprendere e intervenire; si sono rivelate impotenti e si confermano sorprendentemente inutili in funzione di una comprensione postuma che sembra promettere un po' di consolazione e sistematicamente si nega. Questo scandalo sembra pesare sul cuore della madre come un tradimento e genera un discorso che, a tratti, si tinge del colore del rimprovero.

Nell'ambito della lettura suggerita dal modello di Frank, sembra dominare il chaos, nella forma di un'impotenza insopportabile, determinata dal permanere di domande aperte: in assenza di risposte, in senso stretto o in senso lato, sembra risultare impossibile la prosecuzione del percorso di elaborazione e il disegno di scenari narrativi futuri; da qui, la ricerca di risposte a tutti i costi, di un particolare non visto, di un significato nascosto o comunque non colto). Le domande finiscono per essere immensi corridoi ventosi, che con il tempo potranno ridurre il flusso dell'inquietudine a spifferi più tollerabili, con i quali sarà possibile far convivere l'altro flusso, quello delle emozioni dell'ordinario quotidiano. Dal punto di vista simbolico, Kleinman potrebbe aiutarci a rilevare un'oscillazione fra "vuoto" e "blocco": quel "MAI" nella fase di apertura della narrazione, infatti, suona come una saracinesca robusta, definitiva, che impone il silenzio a chi è rimasto "al di qua". Forse un silenzio che sarebbe troppo oneroso da rompere?

*La donna che scrive è stata testimone di un tentativo di suicidio da parte di una persona che faceva parte della sua famiglia.*

Ho assistito ad un atto inconsulto "NON riuscito" quando avevo circa 20 anni ad opera di un mio familiare. Ho detto "NON riuscito" perché non è riuscito nel suo intento ed ha vissuto così per 23 anni con forte menomazione alla vista cioè è rimasto cieco e alla parte cognitiva dovuto al trauma da sparo. Ora finalmente è MANCATO, ma gli ultimi 15 giorni della sua vita sono stati attaccato ad una macchina in rianimazione.

Quindi oltre il danno pure la beffa. Dopo il funerale e a seguire ho avuto sempre una sensazione forte che non mi lasciava. Cioè la paura che potesse succedere ad un altro mio familiare nel caso avessi avuto degli screzi forti con conseguente atto inconsulto.

Mi spiego meglio, quando ho assistito al tentativo di suicidio, mi sono per così dire congelata e quindi qualunque cosa che riguardava la morte o altro non mi toccava più di tanto e questo x tutto il tempo che questa persona ha vissuto (23 anni) era come se vivessi il tutto da spettatore.

Questa sensazione si è "sciolta" dopo la morte facendo affiorare tutto ciò che io avevo "congelato" da tempo.

--

La narrazione è apparentemente asciutta, quasi desertificata, come a rispecchiare il congelamento descritto. Il racconto ha il tono della constatazione: la ricerca del senso è già avvenuta e viene qui presentata la sua cristallizzazione.

Le parole maiuscole sottolineano efficacemente come l'assenza abbia assunto una posizione di primo piano sulla scena delineata da chi racconta: assenza dell'esito voluto dal suicida, assenza poi "finalmente" realizzata dall'uomo, al momento del decesso, 23 anni dopo; assenza di reazioni emotive, in particolare proprio in relazione alla morte, per tutti quei 23 anni.

Gli elementi concreti, contingent, sono pochi e funzionali a incorniciare la situazione; è peraltro significativo per noi apprendere che per più di metà della sua vita la narratrice ha subito una sorta di mutilazione affettiva

a seguito dell'atto suicidario da lei osservato nel suo compiersi, in un modo poi rivelatosi inefficace. 23 anni saltati a piè pari dal cuore della donna, come una lunga parentesi in cui quel cuore non è stato coinvolto, è rimasto sugli spalti, come spettatore, a... osservare gli eventi.

Spesso quando ci troviamo di fronte a un pericolo, il nostro sistema nervoso tende ad attivarsi dando luogo a risposte di sopravvivenza del tipo "attacco-fuga". Se per qualche ragione queste risposte non sono accessibili, si può piombare in uno stato di immobilizzazione fisica e di "spegnimento" emotivo.

Dal punto di vista dinamico, nella narrazione si coglie un'oscillazione emotiva significativa: il sollievo della morte del congiunto è accompagnato dallo strazio degli ultimi giorni trascorsi in una condizione di estrema limitazione, addirittura superiore a quella già subito dopo il mancato suicidio. Chi scrive percepisce ciò come una "beffa": ecco la "stranezza" di una morte che non arriva come liberazione lineare neanche al secondo appuntamento. Una morte che sembra quasi una difficile conquista per l'uomo, che peraltro rimane sullo sfondo senza essere caratterizzato in alcun modo, non solo in relazione al gesto suicidario. Il motivo risulta chiaro: la focalizzazione della narratrice è sull'effetto che la vicenda ha generato nella sua vita emotiva.

Questo è il terreno che la donna ha cercato di dissodare nel corso degli anni, dopo quel "congelamento" intervenuto istantaneamente quando ha visto il gesto suicidario: vedendo ha conosciuto la possibilità di darsi la morte ed è rimasta raggelata da questa scoperta non "teorica", ma ben tangibile, presente, calda come il sangue che ha visto scorrere a poca distanza dal suo stesso corpo. La distanza è stata la soluzione per proteggersi (ed ecco un altro "strano" modo di vivere), per allontanare dal suo sentire quella visione e ciò che essa portava con sé: violenza, rumore, aggressione di sé, per di più fallimentari rispetto allo scopo voluto, non conclusi se non in una "falsa morte", una "morte parziale", cioè una vita mutilata, incompleta.

Dopo l'evento che lei aveva visto, lui non poteva più vedere come prima, a causa di una menomazione seguita proprio al gesto suicida: la metafora della vista sembra avvicinare le due persone, legata a doppio filo con il concetto di conoscenza/compressione (l'uomo, in seguito alle lesioni

generate dallo sparo, ha subito anche danni dal punto di vista cognitivo).

La vera svolta avviene nel momento della morte vera: il senso di conclusione di una scelta che era rimasta in qualche modo in sospesa, nella percezione della donna, riveste un potere liberatorio. La "liberazione emotiva", percepita come lo "scioglimento" del ghiaccio che intrappolava il cuore della donna, dà spazio, finalmente, alla paura, all'apprensione: la donna torna a preoccuparsi, immagina che un suo caro, dopo una lite, possa togliersi la vita. La morte, nello specifico quella autoinflitta, incombe come minaccia su chi ama. Troviamo in questa pausa la ventenne diventata quarantenne; troviamo l'identificazione del suicidio (riuscito) come peggiore delle conseguenze possibili di un "errore relazionale" ("screzi forti"); troviamo anche la permanenza del suicidio nell'ambito familiare, come se fosse un rischio che, nell'immaginazione della donna, ristagna fra le persone a lei vicine.

*È primavera. Un'adolescente si toglie la vita per precipitazione.  
Questo è uno degli scritti della mamma di una sua amica.*

Due anni, ogni volta che oltrepasso il ponte penso a lei, alla lucidità del suo gesto. Quando ho saputo cosa fosse successo ho pensato alle mie figlie e per un lasso di tempo ho vissuto con l'ansia. Ogni volta che mi calavo nel ruolo di genitore sapevo di fare il mio dovere, ma sgridandole o dando punizioni ho sempre avuto paura nel tornare a casa perché potevo non ritrovarle. I loro problemi trattati con superficialità o non con il peso vissuto da loro possono scatenare le reazioni peggiori. La solitudine, il non sentirsi capiti portano ad un ponte e il lanciarsi significa volare lasciandosi alle spalle macigni. Quelli che restano su di noi.

--

Dal punto di vista narrativo, la prosa è molto diretta e lineare. Lo scritto evidenzia come il trauma non abbia tempo: sono passati due anni dall'evento, ma ancora oggi l'attraversamento del ponte attiva, rievoca il ricordo.

La "stranezza" contenuta come tema dalla traccia viene collegata alla lucidità, cioè alla premeditazione del gesto della ragazza, che costituisce l'elemento che alla donna risulta incomprensibile. "Sorriveva sempre", avrà modo di raccontarmi. Insomma, una tipica "insospettabile", rispetto a coetanee che manifestavano maggiore introversione o che vivono situazioni familiari complesse.

I contenuti sono chiari nella mente di chi racconta, probabilmente ripercorsi varie volte nel corso del tempo, forse già esposti in altre occasioni: discorsi fra mamme, discorsi con figli... L'evento è di quelli che non possono sprofondare velocemente nel silenzio: una ragazza di 16 anni che si butta da un ponte abita i pensieri e le parole della provincia per un po' di tempo e anche le considerazioni più stereotipate (e consapevolmente tali) aiutano a convivere con quell'assenza tanto rumorosa. Le parole che diventano litanie a volte riescono nell'impresa di addomesticare i mostri che ci fanno più paura, quelli che non riusciamo a guardare negli occhi, anche se così scopriremmo che in realtà sono possibilità: tragiche possibilità.

La mamma che scrive ha scelto un'altra via: il mostro l'ha guardato negli occhi, subito, nel momento dello stordimento e dell'"ansia", identificata e nominata immediatamente. La razionalizzazione è stata l'arma che ha sentito di avere a disposizione nel suo repertorio: la certezza di svolgere con coscienza il ruolo genitoriale doveva prevalere sul timore di un gesto suicidario come possibile reazione delle figlie a un suo rimprovero.

Incontrando questa donna, dando un volto al suo racconto così definito, nitido, si colgono elementi narrativi che sono rimasti nella sua penna: per esempio il punto di vista, vale a dire l'adesione al ruolo di madre assunta come sostanziale per lo sviluppo narrativo delle tracce, in un'interpretazione che tiene costantemente d'occhio l'equilibrio fra normatività e ascolto. A questo proposito, si aggiunge un episodio di sfondo: circa un mese dopo il suicidio della ragazza, ha sgridato la figlia; poi si è recata al lavoro e si è sentita a lungo "terrorizzata". Il suo ruolo genitoriale, già normalmente oggetto di riflessione da parte sua, diventa ancora di più terreno di dubbi e timori. L'esercizio autocritico è turbato da fattori emotivi di tipo protettivo. L'approccio ansioso coinvolge anche (a ben pensare, soprattutto) la figlia minore, che ha un "carattere più chiuso": la sua tendenza a parlare poco di sé diventa potenzialmente allarmante. La madre è all'erta. La "rottura", il trauma prodotto dal suicidio di una persona relativamente prossima ai suoi affetti più cari ha generato questo: un acuirsi della sensibilità rispetto alle potenziali condizioni di disagio delle figlie, in particolare in reazione a suoi atti sanzionatori, una condizione di allarme che si attiva ogni qualvolta uno stimolo si ricollega potenzialmente al fatto avvenuto. Non si tratta, quindi, di una frattura radicale, che sconvolge comportamenti o posizioni di pensiero: l'elemento nuovo è un'ombra, fonda, che dilata le pupille. Il suo sguardo, con il tempo, potrà diventare meno sorvegliante e più puramente attento: attento non tanto a "cogliere segnali" che forse si immaginano sfuggenti, ma a non lasciare nella solitudine le figlie, a non sottovalutarne i problemi, a non farle sentire non comprese, come dichiara con profonda consapevolezza.

*Un uomo sposato con figli si toglie la vita in un bosco.  
Scrive la moglie.*

L'ombra dei fiori può sembrare insignificante, può passare inosservata. Anche i piccoli insetti dall'ombra di una piccola foglia possono trarne beneficio.

Vivere all'ombra di chi...

Vivere all'ombra di che cosa...

Pensando alla parola ombra mi viene un po' di tristezza... per anni ho vissuto dietro un'ombra, dietro ad una paura che non volevo far sapere agli altri ma che in realtà tutti conoscevano.

Non è strano vivere così all'ombra di qualcuno... perché in fondo ci sentiamo protetti, sicuri. Non è strano chiedere aiuto se siamo in difficoltà è CORAGGIOSO.

--

Dal punto di vista narrativo, le poche frasi trasmettono una sensazione di pensosa fragilità e di rimpianto. Inizialmente può sembrare di cogliere una sorta di autoaccusa, ma lo sviluppo breve e denso della narrazione si conclude con il riconoscimento della vulnerabilità e la richiesta di aiuto indicata come via giusta (corretta, virtuosa).

L'ordine dei temi proposti dalla traccia viene ribaltato: in primo piano si staglia l'ombra, mentre la stranezza del vivere perde di potenza, dal punto di vista della fecondità narrativa. Il motivo risiede nella forte valenza simbolica che l'ombra sembra possedere per chi scrive: viene associata alla "tristezza" perché le ricorda una sua condizione di nascondimento, ben diversa dallo scenario delineato dalla discreta ombra dei fiori, che può essere benefica, nella dimensione di un piccolo mondo poetico che spesso sfugge allo sguardo.

L'ombra cui pensa questa donna è opprimente di silenzio e mistero, anche di finzione, in una sorta di gioco dell'ipocrisia che spesso si innesca, nelle situazioni di violenza domestica, fisica o psicologica che sia: da parte di chi la subisce, per non affrontare situazioni che si sentono insormontabili; da parte della "gente", per evitare implicazioni sgradevoli, coinvolgimenti scomodi. È anche ombra della paura, la paura di non sapere che cosa fare,

come farlo: la percezione di impotenza con cui è necessario fare i conti dopo che tutto è finito.

Il pensiero non si focalizza sulla figura del marito, morto suicida: la donna scrive di sé. Appare consapevole delle motivazioni che l'hanno portata a vivere "all'ombra del marito", non giudica "strana" una scelta del genere. L'analisi è lucida: l'ombra protegge, racchiude, nasconde, rinfresca, delimita il territorio in cui è lecito muoversi, definisce l'identità, poco importa come, con quali finalità reali e con quanta verità. Analogamente, dopo la svolta generata dalla scomparsa del marito, non definirebbe "strana" la richiesta di aiuto: qualifica come "coraggio", piuttosto, questa "uscita dall'ombra" (intendendo, probabilmente, anche quando ancora c'è chi l'ombra la proietta).

Si può ipotizzare che il suicidio abbia avuto la funzione di svolta liberatoria e di crescita (in particolare, quest'ultimo elemento sembra emergere al termine del racconto, quando chi scrive definisce coraggioso chiedere aiuto). Lo sguardo riflessivo si sofferma sul "durante" la vita dell'uomo che ha offerto alla narratrice un'ombra illusoriamente benefica, non si spinge al "dopo"; peraltro, si intravede il percorso di elaborazione che la persona ha in atto grazie alla focalizzazione dell'attenzione su una modalità di funzionamento che presenta un "prima" e un "dopo": tale distinzione risulta, infatti, di cruciale importanza per la costruzione del proprio futuro.

*Scrivere una donna che ha perso la nonna alcuni anni fa.*

Seduta con nobile atteggiamento sulla sua sedia di bambù osservava la vita scorrere al di fuori della finestra. Bella e ben pettinata, qualche ruga andava appena a contornare quegli occhi che non avevano sorriso poi tanto. Attenta nel ben apparire, mai troppo vistosa, mai da destare volutamente particolare attenzione.

Questa era la mia nonna, quella di un tempo, quella con gli orecchini "a clip" perchè gli altri le davano fastidio, quella che a me piace ricordare insieme al profumo di marmellata di prugne che invadeva la sua cucina, che da qualche anno invade la mia e il mio cuore nel ricordo dei giorni di estate trascorsi nella sua casa.

Poi l'ombra piccola dei fiori diventa grande come una quercia secolare. Semi sdraiata sul divano guarda un punto fisso nel muro, nel migliore dei momenti la televisione.

L'albero di prugne non c'è più in giardino, ormai da qualche anno.

Le parlo e mi ascolta, ma i suoi pensieri sono altrove.

Vivere così è strano e non è importante trovare un senso, sarebbe troppo faticoso e poi per quale ragione?

Anche se nel giardino ci sono le camelie che fioriscono, dei tre melograni ne sono rimasti due e uno sta morendo.

Cercare il fiore in un giardino in inverno è faticoso quando manca il fiato anche per camminare o per pettinarsi.

Com'è strano vederla così. Ormai è ovvio che lei di vivere non è ha più voglia, lo dicono i suoi occhi, i suoi capelli, la sua schiena e lo dice lei stessa. Ogni suo "ti voglio bene" è un addio, forse l'ultimo. Trovare argomentazioni valide per la vita è faticoso con lei. Quindi mi rimane che rispondere un semplice "anche io" ed aspettare che il fiore sfiorisca e che il melograno decida di morire.

In cucina c'è un cattivo odore, di chiuso e di tristezza. Manopola del fornello rotta da una caduta e a terra sporco di sangue. Sul tavolo i blister e le scatole di pastiglie vuote che, nonostante la decisione, sono ben ordinate... tipico della sua indole ormai nascosta da quell'ombra. L'unico stralcio di mia nonna ritrovato su un tavolo di un suicidio preannunciato e già tentato altre volte.

La finestra si apre, dal tavolo si toglie tutto, per terra si pulisce, ma la manopola rimane rotta e il vuoto in giardino aumenta con il taglio del secondo melograno morto.

La camelia rifiorisce così come la sua decisione ha trovato soluzione nonostante i pensieri degli altri; non ci si può nascondere sotto l'ombra dei fiori, si vede inequivocabilmente quello che c'è, a volte si cerca di non capirlo, si può provare a cambiarlo, ma non dipende dai nostri occhi quello che un'altra persona sente.

--

La narrazione assume fin da subito una forma quasi filmica, con prevalenza di elementi visivi e olfattivi. La descrizione della condizione depressiva della nonna si alimenta di ricordi di immagini in cui la natura rappresenta la vita che c'è e quella che non c'è più o sta per svanire. La reazione della nipote è di attesa: un'attesa interrotta da un atto suicidario che non sorprende ma non per questo non addolora. I tentativi di suicidio avevano già detto del non desiderio di vivere, dell'assenza di motivazioni al vivere. E la nipote accoglie il suicidio con una dolcezza struggente, ancorata a ricordi che sembrano antichi (gli orecchini, la marmellata di prugne): la nonna ha voluto, ha deciso, ha fatto, ha determinato la sua morte così come gli alberi decidono di vivere o di morire.

Si coglie una sorta di rassegnazione serena, un'accettazione che in qualche modo sembra immobilizzare, nella convinzione che certi percorsi non si possano modificare: ciascuno "decide" e trova una "soluzione nonostante i pensieri degli altri". Si percepisce un senso di impotenza con il quale la donna sembra aver fatto la pace, giungendo a considerarlo naturale, inevitabile. L'approccio passivo di fronte a segnali di addio è dunque ponderato: non può che essere così, non può che andare così, per una necessità insita nel libero volere della nonna. La tenerezza del ricordo iniziale permane: non c'è rabbia, non c'è risentimento, condanna, giudizio. La chiave sembra essere l'assenza di un vero e proprio dialogo: se non c'è parola, viene da dire, non c'è possibilità di accostarsi alla realtà psichica dell'altro. Il fattore "fatica" ricorre due volte, indicando la difficoltà di comunicare con chi vive una condizione che possiamo ipotizzare di depressione.

La traccia dell'accaduto (la manopola rotta e il vuoto in giardino) è segno della verità di quel suicidio: quella concretezza resiste alle operazioni di riordino e pulizia che vorrebbe cancellare ogni traccia materiale e sembra assumere un'importanza simbolica rilevante, agli occhi di chi scrive. Importante e dolorosa.

Il ritmo della narrazione è sospeso in una sorta di attonita anestesia, efficace solo in apparenza: una specie di crosta sembra coprire la sofferenza, collocando ogni cosa al proprio posto (lo stesso ordine che rimane della nonna anche sulla scena del suicidio) e rendendo così il lutto accettabile.

Rondini della sera.  
Non ho alcuna speranza  
nel domani.

*Una madre si toglie la vita. Scrive la figlia, a più di vent'anni dall'accaduto.*

DA QUEL GIORNO, E PER QUATTRO ANNI, IO COMUNQUE HO SMESSO DI VIVERE. QUEL DOLORE PRENDEVA TUTTO E AVVOLGEVA TUTTO. E CAMMINAVO PER STRADA E LA GENTE MI ADDITAVA (QUELLA E' LA FIGLIA DI QUELLA SIGNORA...). QUANTA RABBIA. AVREI VOLUTO VOLTARMI E GRIDARE LORO IN FACCIA DI TACERE, CHE NON SAPEVANO NULLA E MIA MADRE NON DOVEVANO NEMMENO NOMINARLA. E MI GIRAVA LA TESTA E NON ERO NEMMENO PIU' CAPACE DI ATTRAVERSARE LA STRADA DA SOLA. E NON RIUSCIVO A STARE IN MEZZO ALLA GENTE. E QUELLA SIGNORA CHE MI DICEVA: "MA DAI, DOPO DUE ANNI E' ANCHE ORA DI FINIRLA DI PIANGERE!". E QUEL PRETE DELLA MIA PARROCCHIA CHE MI AVEVA DETTO CHE MIA MADRE L'AVEVA FATTO PER COLPA MIA. E IL SENSO DI COLPA CHE MI STAVA UCCIDENDO, PERCHE' NEGLI ULTIMI MESI NON TI RIVOLGEO PIU' LA PAROLA, DOPO QUEL TUO SCHIAFFO CHE QUASI MI SPACCAVA IL NASO. E AVEVO 17 ANNI. E LA MIA VITA ERA FINITA.

--

Il testo è scritto interamente a mano, in stampatello maiuscolo: l'urlo di dolore della narratrice è arrivato fino alla carta e dalla carta ci raggiunge conservando intatta la sua forza struggente e mai del tutto smorzata. L'assenza di speranza nel futuro cui fa riferimento la traccia irrompe nella vita dell'allora adolescente in un giorno ben preciso: quello del suicidio della madre. Il ritmo è serrato, dalla prima all'ultima riga: la narratrice riversa sulla pagina un vissuto custodito a lungo, sconvolgente, radicale nella sua terribile e indelebile verità.

Per la donna l'attività di scrittura è stata "dolorosa", la definisce proprio così: per una giornata intera, l'ha lasciata sotto una "cappa grigia". Ha un

buon rapporto con la scrittura, in passato ha scritto, ma non ha mai scritto né detto a nessuno ciò che ha deciso di scrivere in questa occasione (fatto salvo un passaggio, che non specifica). Ha scelto subito le due tracce che ha sviluppato, istintivamente, perché, rispetto alle altre, le hanno subito evocato il periodo in cui sua madre si è suicidata: era estate.

Pensava di aver "archiviato" quell'evento e il suo portato emotivo, invece, scrivendo, ha capito di essere ancora piena di rabbia, "furiosa", per l'esattezza. Da tempo ha deciso di concentrarsi sul presente: in altre fasi della vita ha sentito il bisogno di focalizzare la sua attenzione sul passato, mentre in altri momenti aveva guardato soprattutto al futuro, con vissuti di ansia. Quest'ultima ancora l'accompagna: da qualche tempo ha incubi che riguardano sua figlia, circa una possibile perdita, che la lasciano in uno stato di allarme.

Questa è una delle occasioni più preziose in cui, nel corso del progetto, ci possiamo interrogare sull'effetto che la scrittura, organizzata secondo le modalità che abbiamo scelto, può avere sui sopravvissuti narratori. In prima battuta, a una domanda diretta circa la possibile utilità per la donna dell'attività di narrazione che ha condotto, risponde negativamente: sembra ci sia stato solo dolore. Pensa a una grande utilità per gli altri, in particolare per chi pensa di suicidarsi senza pensare al dolore di chi rimane; per esempio, ci ha tenuto a far leggere i suoi scritti a una persona a lei vicina, che ogni tanto, preso dallo sconforto, fa riferimento alla possibilità di uccidersi. Ha colto la sua commozione, deducendo le potenzialità del suo racconto, ma non si è sviluppato un confronto sul tema: per lei era importante suscitare riflessione, non desiderava aprire un dialogo.

Ha scritto per circa due ore; intuendo che sarebbe stata molto turbata, non l'ha fatto a casa, è andata in un locale pubblico, in uno spazio riservato. Si sentiva molto agitata, nervosa. Ha scelto di rivolgersi direttamente a sua madre, e non lo faceva dall'anno in cui si è uccisa. L'ha immaginata davanti a sé.

È a questo punto del "racconto del racconto" che le pongo nuovamente la domanda: come ti sei sentita dopo aver scritto? Risponde: "Sollevata". Ha riletto i suoi scritti una volta sola: si è sentita "alleggerita", si riferisce a "un gran peso" che sente di essersi tolta dalle spalle. "Magari l'avessi fatto prima...". Le chiedo se questa può essere considerata una forma di "utilità"

dell'attività svolta per lei: risponde "sì, non ci avevo pensato. Da questo punto di vista, sì". Si tratta di un passaggio essenziale: se la donna avesse confermato la risposta originaria, secca, che parlava di "dolore e basta" come esito dell'attività, avremmo dovuto ripercorrere la nostra scelta metodologica con sguardo critico, per individuare interventi migliorativi proprio in relazione al bacino di vissuti che l'attività proposta stimola. In realtà, l'attenzione non cessa, non viene mai meno, naturalmente: conforta, tuttavia, un riscontro di questo genere, e consente di aprire riflessioni di più ampio respiro.

Sì, la donna consiglierebbe la scrittura come strumento di "sfogo" ad altri che hanno vissuto esperienze simili, perché la parola scritta è molto più "pesante" di quella detta. È proprio questo "peso" che può far sì che testimonianze di questa intensità permangano nella memoria individuale e collettiva, combattano l'indifferenza e lo stigma che la donna stessa, allora ragazza, ha dovuto subire.

Di questo racconta, anche, questa sua prima narrazione: la gente che la "addita" in strada come un'appestata, come se portasse il segno di "figlia della suicida", provoca una rabbia che nasce dalla ferita al suo orgoglio, dalla ferita alla memoria di una persona che era sua madre e che loro non conoscevano e quindi non possono permettersi di giudicare. Poi, sulla massa indistinta dei giudicanti, si stagliano due figure: la signora che minimizza il suo dolore, ipotizzando che sia "normale" che giunga ormai a scadenza, e il sacerdote colpevolizzante, che attribuisce proprio a lei, la figlia diciassettenne, la responsabilità dell'atto suicidario.

"E la mia vita era finita": è palpabile la solitudine disperata di questa ragazza dal cuore invaso dalla rabbia e dal senso di colpa, che riceve aiuto solo dal padre, mi racconta, anche lui in preda alla sofferenza. Nessuna presenza empatica accanto a lei, la stessa durezza che sembra aver caratterizzato la relazione con la madre, come se quello schiaffo che quasi le "spaccava il naso" si riverberasse e si moltiplicasse attraverso gli sguardi e le parole degli altri, quasi ipnotico, nella forma di una condanna al dolore che i suoi occhi allagati di lacrime non possono che vedere come definitiva, infinita. Il silenzio è rotto solo da chiacchiere, manifestazioni di fastidio o noia oppure, addirittura, accuse, le più dolorose, probabilmente perché affonda con facilità nel senso di colpa già drammatico. Poco importa che

tutto questo risponda esattamente a verità. Beninteso, è lontano dal nostro pensiero immaginare che si tratti di fantasie; tuttavia, ciò che qui importa è accogliere e leggere quanto è rimasto nella memoria del narratore, a prescindere dalla puntuale fedeltà ai fatti accaduti e agli specifici dettagli: il valore della testimonianza risiede nella rappresentazione che si elabora di quei giorni, di quelle interazioni, di quelle emozioni. "E la mia vita era finita": questo è la conclusione tragica del racconto, che restituisce la profondità della ferita subita.

*La sorella di un uomo che si è tolto la vita elabora una composizione in versi.*

Quando inizia la primavera?  
E quando il tempo di migrare infine?

La speranza non esiste.  
Il domani non esiste.  
Un vero senso non esiste.

Non resterebbe altro che creare  
allora, senza nessun timore,  
la strada che ci porti dove  
ci piacerebbe andare.  
Senza ritorno.  
Senza memoria  
come le rondini senza meta.

--

Una giovane donna sceglie di "rispondere" a una traccia poetica con uno sviluppo in versi. È lo stile che le appartiene: un pensiero non lineare, a tratti eccentrico, che nasce da una visione del mondo singolare, mai banale, acuita da una sensibilità speciale e da un interrogarsi perenne. Il dialogo fra haiku e componimento risulta formalmente ed esteticamente molto equilibrato sia per la brevità e pregnanza dei versi sia per la leggerezza che la profondità trova, quasi miracolosamente, per esprimersi.

Il contesto bucolico funge da ponte fra la traccia e la sua elaborazione. Non compaiono riferimenti all'evento suicidario che ha coinvolto la donna: non stupisce, in considerazione della sua grande riservatezza: anche in occasione del nostro incontro, il suo eloquio, fluente, pressoché ininterrotto, conduce altrove, evitando di fatto ogni possibile approfondimento. L'attenzione sembra rivolta prioritariamente alla propria visione della vita, forse come fondamento imprescindibile della propria quotidianità e anche delle proprie strategie di coping rispetto al lutto subito.

L'interpretazione è: ciò che posso dirne, l'ho scritto. E la risposta non può

che essere il rispetto.

L'inizio del componimento poetico ci propone due interrogativi destinati a restare senza risposta, riferendosi a dimensioni esistenziali segnate da percezioni irriducibilmente soggettive. La seconda strofa enuncia una prospettiva nichilistica radicale, che trova nella terza il suggerimento di una possibilità di svolta: in un contesto di desolazione e di assenza di speranza, futuro e senso, la "creazione" di un percorso orientato a "dove ci piacerebbe andare" può essere la reazione risolutiva. In altri termini, se si supera la paura che quel "niente" in cui ci troviamo inevitabilmente genera in noi, è possibile tracciare la nostra via, personale, "senza ritorno" e "senza memoria", vale a dire proiettata totalmente verso il futuro. È un'apertura di fiducia che quasi stupisce, che irrompe da uno spirito che si percepisce come sofferente, consapevolmente dolente. Eppure il dinamismo della narrazione è così ascendente da trascinarci e il riferimento a un presente e a un passato che non ci sono più e non torneranno (che non devono più esserci e non devono più tornare, per lasciare spazio al futuro) suona liberatorio più che spaesante. Nel contesto di chi scrive, quel passato e quel presente includono il lutto per la morte del fratello: un evento tragico, che "blocca", "brucia" la speranza, il domani e il senso. E se è vero che il nuovo cammino ci pone in una condizione simile a quello delle rondini, che sembrano volare senza meta, in realtà un faro c'è, a guidarci: cercheremo di volgere il passo "dove ci piacerebbe andare". Vago, forse (quando si è immersi nel dolore non è facile identificare con esattezza che cosa si desidera, che cosa può offrire ristoro), ma in qualche modo presente alla mente, al cuore, allo spirito.

*La moglie dell'uomo ritrovato nel bosco compone un'altra narrazione.*

Le rondini le associo all'estate soprattutto alle calde sere d'estate quando le vedi nel cielo quasi a formare dei cerchi continui. Dentro a questi cerchi a volte mi sento intrappolata, non vedo alcuna via d'uscita e penso che tutto finisca lì. Mi sale la malinconia... Vorrei anche io poter essere una di quelle rondini... spiccare in volo e scappare via come se niente fosse e dimenticare tutto.

--

Poche righe, poche parole per raccontare una sensazione di soffocamento che pare senza scampo alla donna che ne è pervasa. Ancora una volta, nessun riferimento diretto al suicida e al suo gesto, né alcuna esplicitazione del legame fra evento suicidario e stato d'animo descritto.

La rondine, elemento vitale, presto sparisce dalla visuale narrativa, per lasciare una traccia geometrica, di per sé fredda. Il simbolo del cerchio, spesso associato a fattori positivi come la perfezione, la protezione, la coerenza, la regolarità, la completezza, qui rimanda a una trappola, alla chiusura che co-stringe, esclude. Il cerchio sembra obbligare la donna a restare su pensieri e ricordi che vorrebbe dimenticare, superare; la condizione è quella dell'immobilità del prigioniero che, a lungo andare, perde la percezione di un altrove possibile ("penso che tutto finisca lì"), disperando.

La "malinconia" di cui parla la donna è un sentimento che sembra sedimentato nel tempo, forse fino a rafforzare i cerchi che intrappolano, come ulteriore barriera verso ciò che vive "fuori" e che rappresenta la possibilità: di leggerezza, di riscatto, di rinnovamento... anche di ricostruzione di un senso attraverso l'accettazione di un passato complesso, faticoso e doloroso. Il desiderio di dimenticare è segno di una resa: la stanchezza profonda che la presenza continuativa del ricordo negativo infligge finisce per "vincere" se il solo desiderio che si prova è una cancellazione, peraltro impossibile da attuare autenticamente.

Il vero superamento del dolore avviene attraverso la sua rilettura e la sua collocazione nel percorso esistenziale, con un'attribuzione di senso

che dia ragione del suo verificarsi e del suo stesso superamento.

Il testo ci dice che questo movimento sembra bloccato, nella percezione della donna: il desiderio di farsi rondine, volare via dagli stessi cerchi che essa ha tracciato e "dimenticare tutto" è un sogno di fuga da ciò che è accaduto (e da ciò che si è scelto) molto comprensibile, ma in sé non costruttivo. È difficile essere rondine se non si accetta di aver disseminato il cielo di cerchi e di poterne disegnare di nuovi, più ampi, più consapevoli, in piena libertà.

*Questo è ciò che scrive la madre di un'adolescente suicida.*

Le rondini rappresentano l'allontanamento. Lei è andata via e io non ho alcuna speranza nel domani.

Mi ha dato fastidio l'indelicatezza delle persone nei miei confronti, persone che non conoscevo o conoscevo poco che anche a distanza di mesi mi chiedevano com'era successo, perché... parlandomi come se non fosse successo a me, di fronte anche ad altre persone.

Persone delle quali a me non interessava assolutamente niente. Mi ha dato fastidio. Nei confronti di altri, soprattutto i parenti, io avrei reagito in un altro modo. Avrei voluto essere lasciata un po' più sola e soprattutto con mia figlia il più possibile, mentre invece nella baraonda generale hanno pensato per il mio bene di non farmi "patire" queste cose mentre io invece avevo bisogno di un distacco meno rapido, avevo bisogno di stare di più con lei.

Al cimitero mentre mettevo a posto la tomba, persone assolutamente sconosciute venivano a chiedermi, oppure due vecchiette che dicevano ad alta voce: "quella lì è la mamma della ragazzina che si è ammazzata", senza un minimo di delicatezza... Ho trovato la gente troppo indelicata e troppo curiosa, per voler sapere di più probabilmente per poi poter dire "io so che cos'è successo". Ma in realtà, che cosa ne sanno? Non sapevamo neanche noi che aveva problemi di depressione... Non si era capito niente, nessuno l'aveva capito. A posteriori dicono: "ah sì perché aveva questo problema..."

--

Il dolore per l'abbandono non trova uno sviluppo narrativo: muove alla scelta della traccia-haiku e subito si spegne, per lasciare spazio a un "fastidio" che sa di rabbia, di protesta, indignazione, anche incredulità. Le reazioni della "gente" risultano grossolanamente insensibili, indiscrete, invadenti. La sfera emotiva della madre non viene considerata in alcun modo: l'unica cosa che conta sembra essere "sapere", conoscere i dettagli, le circostanze, possibilmente più degli altri, per poter esibire le informazioni che si sono ottenute. La madre protesta l'imperscrutabilità della scelta della figlia, l'assenza di "segnali" e rifiuta che sconosciuti saccenti e presuntuosi

pretendano di spiegare e sapere. L'ostilità della "gente" si percepisce attraverso parole e toni fuori luogo e attraverso questo approccio che sminuisce il ruolo della madre, quasi a dire: "lei non ha capito, ma noi sì; era tutto chiaro, come ha fatto a non capire?". Accuse implicite, insomma, giudizi di inadeguatezza che feriscono in profondità. A distanza di circa due anni dall'evento, la dinamica del percorso di elaborazione ha conservato questi elementi di raggelante solitudine: come i parenti non hanno capito che la madre avrebbe voluto sostare presso il corpo della figlia, gli sconosciuti (il "resto del mondo") non ha capito che non si poteva comprendere quel gesto, prevederlo e quindi prevenirlo. Nessuno sforzo empatico, nessuna vicinanza emotiva, nessuna comprensione: solo la presunzione di sapere che cosa sia meglio (allontanare la madre dalla figlia morta) e che cosa sia accaduto veramente e perché. Il racconto della madre è un urlo, composto ma energico, che non contiene richieste di aiuto, ma di rispetto.

Talvolta per questioni di protezione, perché si teme che la persona non possa reggere quell'immagine, si decide di non far vedere il corpo. A volte si opta per questa via sulla base di ragioni pratiche, ma si toglie la libertà di scelta ad un familiare che ha solo quell'occasione per dare un ultimo saluto. È impressionante come a distanza di tempo, anche di lunghi anni, le persone si sentano ancora in colpa per non avere potuto dare quell'ultima carezza, quell'ultimo bacio e si tormentino per non aver insistito per poterlo fare, in un momento in cui non erano in grado di prendere decisioni e qualcun altro l'ha fatto per loro. Nell'immediato, la visione della vittima ha anche il ruolo di persuadere che si tratta davvero del proprio caro e questo gesto, quest'ultimo saluto si rivelerà necessario per iniziare il difficile e doloroso processo di elaborazione.

*Psicologa che ricorda un'esperienza ormai lontana nel tempo.*

Mi ricordo la tenerezza che mi hai fatto distesa in quel letto di ospedale, in attesa di eventi non più controllabili.

Hai ascoltato le mie parole ma il tuo sguardo era già altrove. La speranza era finita, rimaneva la realtà che tu faticavi a gestire.

Mi hai sorriso e mi hai detto: "domani mi dimettono, vado a casa, vedrò i miei fiori, sentirò le rondini garrire nella sera e tutto ritornerà perfetto, almeno per un attimo".

Mi ha rattristato la notizia che non avevi voluto più aspettare gli eventi, ma che, come in tutta la tua vita, avevi deciso di essere protagonista ed addormentarti serena per sempre senza più l'incubo del solito domani.

--

L'innesco della narrazione sono le rondini che aprono la traccia e che entrano nel racconto attraverso le parole della suicida.

Anche in questo caso il professionista si rivolge direttamente alla sua assistita.

Due sentimenti su tutti: la tenerezza e la tristezza, la prima legata a una visione e la seconda legata alla notizia del suicidio, ancora una volta non nominato. La dinamica che emerge e colpisce sembra essere quella fra passività e attività: la donna ha rifiutato l'"attesa di eventi non più controllabili" e ha deciso di "essere protagonista".

Il gesto suicidario sembra quindi una sorta di reazione, di affermazione paradossalmente vitalistica, peraltro coerente con il percorso esistenziale della donna. Sembra di leggere l'attribuzione di una condizione di sollievo alla suicida, raccontata come volitiva e dolce insieme, depositaria di un disegno in qualche modo consapevole e dotato di una ragionevolezza: "tutto ritornerà perfetto", dice prefigurando un futuro che fortemente ha volto diverso dall'"incubo del solito domani".

Colpisce la valenza di "soluzione pacificatoria" che la psicologa sembra attribuire all'atto suicidario, lontano da qualsiasi associazione alla violenza, accostandolo solo a una sorta di impazienza. La narrazione,

peraltro, appare ancorata al punto di vista di chi scrive, che pressoché a ogni stacco fa riferimento a se stesso ("MI ricordo", "... le mie parole", "MI hai sorriso", "MI ha rattristato").

La rana  
gioca con me  
a guardarmi fisso.

*La madre dell'adolescente la cui amica si è  
suicidata propone ulteriori riflessioni.*

Figli poco reattivi. Dai problemi insormontabili. Tu tenti di dialogare con loro e loro si chiudono in un muro con le cuffie nelle orecchie. Ti guardano e non si capisce a cosa pensino, tu puoi dire mille parole ma i loro occhi fissi ti dicono che non riesci a raggiungere il loro cuore. A volte mi pare di fallire, di essere un pessimo genitore. Magari loro mandano segnali che sono in grado di cogliere. Nessuno può sapere cosa sia successo in quella famiglia, ma l'età delle mie figlie era quella di ....., non giudico anzi comprendo il dolore e l'angoscia delle persone che l'amavano tanto.

--

Dal punto di vista narrativo, il piglio energico di questa madre si esprime con frasi brevi, dichiarazioni, esternazioni, prevalentemente razionalizzazioni che però danno spazio alle emozioni e alla com-passione rispetto ai genitori e alle altre persone che amavano la ragazza suicida.

L'esordio è quasi un'accusa: i ragazzi sembrano in difficoltà sia nella percezione delle reali dimensioni dei loro problemi sia nella ricerca di strategie per affrontarli. Questa è la protesta di una madre che racconta vissuti di impotenza, tentativi di dialogo che non "aprono" quanto vorrebbe, frustrazioni che derivano dall'impossibilità di comprendere. Lo sguardo dei figli, per esempio di fronte a domande, tentativi di confronto, di riflessione condivisa, ricorda quello fisso della rana.

Sembra quasi un gioco, tanto risulta inatteso, quasi surreale; e soprattutto sembra innervosire, perché trasmette un'immagine di passività, di abulia, apatia che in qualche modo delude, disorienta, mette a disagio. Tanto più una madre esigente, che si aspetta una relazione quasi paritaria, semplificando quello che invece è un processo complesso e fragile: la

comprensione di ciò che avviene nella propria interiorità è faticosa e irta di ostacoli per l'adolescente; il movimento ulteriore che porta a elaborare in parole ciò che si sente e a dirne rappresenta un passaggio aggiuntivo tutt'altro che spontaneo o naturale, nonostante le attese di un adulto strutturato e solido.

Ed ecco che la mancata corrispondenza alle sue aspettative conduce la madre a un'autocritica a tratti molto dura: il sospetto di "essere un pessimo genitore", di "fallire" rispetto al ruolo mette in discussione le certezze della donna e apre possibilità drammatiche. L'enigma che sembra celarsi in ogni ragazzo, quindi nelle sue figlie come nell'adolescente suicida, atterrisce: al di là di ciò che "accade in famiglia", quell'evento può verificarsi, perché sembra essere parte delle possibili evenienze insite nell'età adolescenziale. Il rispecchiamento accende la comprensione solidale e spegne, in questa madre, ogni slancio giudicante.

Il figlio che non ti fa "raggiungere il suo cuore", il figlio di cui tu, genitore, non riesci a raggiungere il cuore, forse "manda segnali": pensiamo a un codice da decifrare, a intermittenze da cogliere, a segni da interpretare, frammenti in un magma confuso e apparentemente calmo. Poche righe per dire di un senso di impotenza che si colora di irritazione.

*La sorella dell'uomo che si è tolto la vita scrive ancora.*

Il gioco della rana con la sua pelle verde è in acqua,  
il gioco dell'oca, con la sua pelle d'oca,  
è un gioco senza fine.  
Fisso è uno sguardo,  
fissi sono i pensieri, pensieri senza fine.  
Pensare rende immobili, fa restare qua  
La rana salta e gracida,  
e l'oca fa qua qua.  
Forse ridono.  
E ridere è quello che, in un attimo solo,  
ci porta lontanissimo  
da questa opacizzante realtà,  
immuni, salvi, incontaminati.

--

Dal punto di vista narrativo, la chiave del componimento poetico è senza dubbio il concetto di gioco, che affratella il gioco propriamente detto e il riso. L'autrice chiama in causa un secondo animale, l'oca, oltre alla rana citata nell'haiku-traccia, proprio in forza della sua associazione tradizionale a un gioco universalmente noto.

Il percorso dei temi che l'autrice tocca trova la sua partenza nel gioco associato agli animali, infinito e quindi contrapposto alla fissità/immobilità che rappresenta la seconda "stazione", quella del pensiero, e infine sopraggiunge il riso, che rappresenta il momento epifanico di svolta: attraverso il riso, il movimento acquista una direzione e una velocità.

E salva. Il riso ha il potere di portare altrove, "lontanissimo": realizza la magia istantanea dell'interruzione/sospensione del pensiero, elemento che "sblocca" e apre a un futuro di purezza e salvezza.

L'"immunità" fa pensare a una condizione in cui il pensiero non può turbare, non può installare la sua fissità immobile e inquietante, forse ossessiva. E il riso è della rana e dell'oca, cioè degli animali (non

degli esseri umani) che giocano e si esprimono nel loro linguaggio (e riescono a non pensare).

La ricerca del senso non compare fra ciò che interessa: ciò che interessa, infatti, pare essere la "salvezza", senza ulteriori approfondimenti.

La lettura della poesia attraverso il modello di Launer, suggerisce un vertiginoso e risolutivo movimento in progressione, che culmina nella conquista della purificazione. L'apice, fra i benefici del ridere, è occupato dal ritrovarsi "incontaminati": incontaminati dall'opacità, dai pensieri fissi e senza fine, dal lutto, dalla morte e dalla paura di essa.

*La psicologa ricorda un'altra storia, risalente ad alcuni fa.*

Il giorno prima: la visita.

Tutto sembrava normale, "un po' di preoccupazioni economiche" dicevi "ma va meglio".

Il giorno dopo: il suicidio e quella telefonata "Che cosa gli ha detto? E' colpa sua! Lui si fidava di lei!"

Parole che ancora rimbombano nella mia testa. Allora ripensi, analizzi, cerchi di capire... ma c'è solo impotenza, sensi di colpa per non aver capito e poi quello sguardo fisso... di chi non parla, non dice, forse perché ha già deciso. Allora ti convinci che a volte non c'è niente che tu possa fare o dire per impedirlo, forse non è così, ma devi crederlo per continuare e non sentirti in colpa... e capisci che chi ti accusa ne ha bisogno per andare avanti e non morire dentro.

--

La narrazione è scarna, scandita dal ritmo di un tempo breve: "da un giorno all'altro", come peraltro si suole dire, attoniti, quando si è chiamati a rilevare un cambiamento, anche uno stravolgimento. Come in questo caso: la rivoluzione radicale e irreversibile che porta una persona dall'essere viva all'essere morta.

Il ritmo del breve racconto ci parla di una distillazione avvenuta nel corso del tempo, che ha lasciato galleggiare nella memoria l'essenziale di una vicenda drammatica vissuta come uno strappo, una nera sorpresa resa ancora più cupa dall'accusa, che si legge aggressiva, rabbiosa, bagnata di lacrime e bile.

La reazione emotiva del professionista ha trovato un'organizzazione razionale che si riflette in un linguaggio pulito, netto, pressoché privo di aggettivi. L'attribuzione di senso all'accaduto sembra tradursi principalmente in un'attribuzione di non responsabilità a se stesso, che emerge come urgente, prioritaria: il quesito, peraltro, si pone come dotato di questa rilevanza perché le parole del familiare sopravvissuto (riportate fra virgolette, quindi memorizzate, conservate, incise nel ricordo) vengono vissute come un attacco diretto al professionista, un'accusa che

non sembra ammettere replica e che mette in discussione il cuore della relazione di aiuto, vale a dire la fiducia. Il professionista si sente ferito ed esprime il suo tormento; compare anche l'immagine di uno sguardo fisso e muto, che occorre interpretare come risoluto, inscalfibile perché specchio di una decisione già presa, a prescindere da qualsiasi cosa si possa dire o fare. La propria innocenza, esito della propria impotenza, diventa una necessità, consapevolmente non basata su elementi razionalmente certi ("ti convinci"): non è una verità logica e assoluta, ma una necessità psicologica ed esistenziale. Il professionista risulta anche proteso in qualche maniera a giustificare o almeno spiegare l'accusa rivoltagli: riconosce, infatti, che essa scaturisce da una del tutto analoga necessità che alberga nel cuore del familiare sopravvissuto "per andare avanti", vale a dire per consentire (consentirsi) un futuro.

Così, non compare alcun giudizio, non emergono reazioni di risentimento o rabbia: sembra piuttosto farsi strada una sorta di solidale prossimità, alla ricerca di vie "per continuare", "per non morire dentro". È questo terreno di comune sofferenza e ricerca di possibilità di procedere (in una lettura decisamente "core", per utilizzare il linguaggio di Bury) che forse potrà fondare una nuova alleanza tra professionista e sopravvissuto: se alla domanda "di chi è la colpa?" entrambi si sentiranno, presto o tardi, autorizzati a rispondere "né tua né mia", le due strategie di coping poste in atto potranno convergere, saldarsi e sostenersi reciprocamente, uscendo da una lettura (quella fatta propria dal familiare sopravvissuto) focalizzata sul passato, su ipotesi, su necessità di autoassoluzione; al momento della narrazione, invece, l'equilibrio si regge sul fatto che il professionista autorizzi il familiare sopravvissuto a dire (e forse, solo forse, a pensare) che "è colpa sua", alimentando in sé la convinzione che ciò non corrisponda al vero.

La sopravvivenza assume colorazioni diverse: il professionista accetta che il familiare non riesca (ancora?) a lasciare senza risposta la domanda relativa alla "colpa" del suicidio e si rende disponibile, in silenzio, ad accettare il ruolo funzionale al coping del familiare stesso. Ognuno cerca le risposte che lo fanno "galleggiare", al di là del loro contenuto di verità. Un equilibrio che si fonda sulla fragilità. Un equilibrio che potrà trasformarsi nel tempo.

*Un'altra psicologa rievoca di un suicidio di un amico.*

E mi ha fatto ridere leggere e rileggere tanti messaggi su facebook, gente che ti conosceva da poco che per forza ha voluto dire la sua, quanto piangeva, dedicarti canzoni e frasi ricercate. Come se tu fossi solo quello, ricercato, letterato, musicista, snob, a volte sembravi solo quello ma è passato tanto tempo da quando sulle scale di Tavigliano ci raccontavamo. Sono stata male, a volte penso più per il pensiero di non poter tornare indietro a quando avevo 18 anni che perché non ti vedrò più. Che triste che sono.

--

La breve narrazione è attraversata dall'amarezza e dal sarcasmo: si coglie una presa di distanza sprezzante nei confronti degli "altri", per le loro convenzionali e affettate reazioni, che finisce per coinvolgente anche la stessa scrivente. Sembra difficile trovare un moto emotivo autentico di fronte all'evento suicidario, come se intervenissero, forse in modo irriflesso, risposte qualunque, vuote, ipocrite o quantomeno semplificanti, riduttive. La verità, innanzitutto quella di cui era portatrice la persona morta, è ormai perduta: resta una specie di maschera, avvalorata dai più.

In un gioco di finzioni, lo stesso dolore di chi scrive rischia di non essere autentico, perché focalizzato sulla propria nostalgia per la giovinezza più che sulla perdita del suicida. Questo viene definito "triste": forse in senso ironico (la scrivente è delusa da questa sua sorta di superficialità, assimilabile a quella degli "altri"?), forse in senso proprio (ma in questo caso la causa della tristezza sembra rimanere lontana dalla morte del suicida).

Dico parole brevi.  
Se avessi anche un interlocutore...  
Luna di metà autunno.

*Quella che possiamo chiamare "la testimone"  
(di un tentativo di suicidio) scrive un altro brano.*

Ho sempre avuto la sensazione forte che la mia vita non sarebbe stata lunga. Ho vissuto e vivo sempre cercando di fare tutto ciò che mi sono proposta di fare e di dire il più presto possibile anche in giornata "se possibile". Come dico sempre io CARPE DIEM "cogli l'attimo" perché la vita corre veloce e non so se posso e riesco a far tutto quello che mi sono proposta nel limite delle mie possibilità. Fino ad ora ci sono riuscita x certi versi. Il Signore mi ha sempre aiutata ed io lo ringrazio. Forse è anche a causa del mio lavoro che mi porta ad avere contatto con malattia e morte. Ma a parte questo fa parte del mio modo di essere, vivo col pensiero di fare tutto ciò che mi propongo materialmente e spiritualmente e in positivo.

--

La donna ci ha raccontato che la scrittura non rientra fra le sue attività abituali: "non scrivo mai", ha detto. Tuttavia, è riuscita a non vivere la partecipazione a questo progetto come un "compito": ha ricavato nella sua quotidianità un tempo e uno spazio che le garantissero la calma che riteneva necessaria, la solitudine che poteva metterla maggiormente a suo agio, e poi ha scritto di getto. L'effetto complessivo è stato "liberatorio": scrivere l'ha aiutata a fare "chiarezza".

Forse per questo, nel brano sopra riportato, si percepisce una riflessione autocentrata, quasi "di bilancio". Ricordiamo che la donna ha trascorso più della metà della sua vita in una sorta di "congelamento emotivo" determinato dall'osservazione accidentale del gesto suicidario (non esitato in morte) posto in atto da un suo congiunto; al decesso dell'uomo, la donna ha ricominciato a "sentire".

Dal punto di vista narrativo, il concetto-chiave è quello di "vita", che

ricorre più volte nelle poche righe scritte. E per chi scrive "vivere" significa principalmente "fare". La narratrice esprime in maniera netta il suo convincimento, che è una filosofia di vita, e ne riconosce un'applicazione che, fino al momento in cui ne scrive, nella sua valutazione risulta soddisfacente. Le parole del testo trasmettono forte determinazione e l'indagine circa le radici della visione sostenuta presenta scarsa connotazione razionale: le sensazioni prevalgono sulle argomentazioni. Compare anche un riferimento religioso rafforzativo.

La forza propulsiva della sua concezione della vita è orientata all'utilizzo del presente in maniera piena e ha come sfondo la "sensazione forte" della brevità della sua vita: è difficile dire quanto abbia influito su questa sensazione l'evento di cui sappiamo, con la sua violenta rappresentazione della morte. Tuttavia, viene spontaneo immaginare che il "congelamento emotivo" che la donna ha vissuto per 23 anni abbia focalizzato il suo sguardo sul fare, a tratti frenetico (forse per non sentire), quindi sulla costruzione, orientata al positivo.

Cogliamo il riferimento alla sua professione, che svolge in ambito sociosanitario: il contatto continuativo con la sofferenza e la morte sembra in qualche maniera caratterizzare il suo destino, che la donna accoglie con energia e proattività. Anche dopo lo "scongelo emotivo" seguito alla morte del congiunto autore del mancato suicidio sembra non aver turbato questa serenità di fondo; si può, anzi, ipotizzare che anche quel rilevante episodio della sua vita abbia potuto finalmente trovare una collocazione armoniosa all'interno della sua filosofia di vita, generando ansie solo rispetto a circostanze e attori definiti (vd. primo testo della donna).

*Ancora un testo della madre dell'amica della ragazza suicida.*

“Mamma ... è morta, si è buttata dal ponte”

“... com'è possibile??” ... anni una vita da scoprire e ora cosa dirò al mio ritorno a casa?? Cosa puoi dire ad una figlia con la stessa età, con la quale il discorso morte è stato affrontato anni prima con il primo lutto di famiglia?? Perché, cosa è successo, i suoi genitori, cosa faranno ora, tutte domande che mi volano addosso a cui non riesco rispondere. L'unico sistema che mi viene in mente è un medico che conoscevo anni fa, esiste un servizio per i suicidi, telefono... Vengo ascoltata, capita e aiutata. Inizia il tam tam di messaggi per organizzare un incontro, questi ragazzi devono essere aiutati, non si deve lasciarli soli, non si può parlare con loro di cose senza senso. I ragazzi recepiscono solo cosa ritengono opportuno, basta una parola per incitarli a buttarsi al primo problema. No le istituzioni vanno usate. Se non lo facciamo per i nostri figli per chi dobbiamo farlo? Raccolgo un gruppetto di ragazze i maschi non accettano, sono silenziose, i genitori scettici ma approvano il tentativo. Ricordo il viaggio di ritorno in auto parlava solo la mia come sempre, le altre no zitte. Avrei pagato per avere un solo loro pensiero.

--

Il testo è percorso da una concitazione emotiva che rimanda al momento dell'irruzione della notizia nella normale quotidianità (incredulità, sgomento) e da una condizione di dubbio e confusione che sembrano coagularsi attorno a due pensieri: uno reattivo, determinato e propositivo (“questi ragazzi devono essere aiutati”) e uno di rammarico e preoccupazione (“avrei pagato per avere un solo loro pensiero”), che chiude il testo, lasciando un'impressione di predominante “caos emotivo”. Si percepisce una volontà di azione che si concretizza (l'incontro per affrontare l'accaduto viene organizzato e realizzato), che si confronta con il silenzio: quello di chi sceglie di non partecipare e quello di chi, pur essendoci, non si apre al dialogo. Le “domande che mi volano addosso” diventano stimolo per agire in senso protettivo rispetto a chi è travolto all'improvviso dall'evento suicidario.

Compare un senso di umiltà, di coscienza dei propri limiti ("non si può parlare con loro di cose senza senso"; riferito probabilmente a ciò che un genitore potrebbe dire rispetto a un evento che, per essere letto in maniera adeguata, richiede competenze e risorse specifiche). Il riferimento al "buttarsi al primo problema" che la donna individua come rischio fra i ragazzi è un'estensione dell'evento suicidario, come minaccia, agli amici rimasti (ricordiamo che il suicidio della ragazza è avvenuto per precipitazione).

Nell'alveo del modello di Bury, prevale la dimensione moral: il dovere di aiutare i ragazzi ("i nostri figli") e quello di utilizzare le istituzioni a tal fine sembrano rappresentare punti fermi nella visione della donna e motori del suo agire. Lo slancio etico di questa madre è evidente, è inclusivo, abbraccia la famiglia della ragazza suicida e le famiglie di tutte le amiche: ciò denota un'autentica comprensione degli effetti ad ampio raggio che l'evento suicidario produce e, soprattutto, un approccio proattivo, concreto, percorso dalla volontà di proteggere ma, prima ancora, ascoltare e rendersi disponibili ai figli.

Certo, il racconto parla della difficoltà di stabilire un contatto profondo, di aprire una comunicazione diretta fra adulti e ragazzi, e in questa impasse si chiude la narrazione; tuttavia la strada da percorrere, con tenacia e cuore, è proprio quella.

*Altri versi della sorella dell'uomo suicida.*

Ha senso scegliere le parole in base alla lunghezza  
e ignorarne il senso?  
E chissà chi le ascolta  
se le comprende, se le sceglie, se le ignora?

Sono più le realtà che conosciamo,  
o quelle che ignoriamo?  
La verità sta forse nel mezzo, e la sa  
la luna, intera, calante o a metà.

E noi miseri sciocchi umani  
guardiamo al dito, sempre puntato,  
e mai alla luna.  
Ma... nella prossima puntata?

--

Dal punto di vista narrativo, il componimento poetico si presenta diviso in una prima parte costruita su quesiti e una seconda che offre ipotesi di risposta che sfociano in un'ulteriore, finale domanda, orientata, al futuro. La luna sembra rappresentare la depositaria del sapere, sottovalutata da "noi miseri sciocchi umani", che sembriamo più interessati al giudizio (il dito "sempre puntato") che alla verità. Il riferimento è allo stigma sociale che colpisce i sopravvissuti e che forse la donna sente anche su di sé. Un suo racconto relativo a un'iniziativa pubblica di sensibilizzazione sulla prevenzione del suicidio conferma la sua dolorosa percezione: persone che, di fronte a storie di suicidio, minimizzano, fanno spallucce, si allontanano, trasmettono la loro indifferenza di fondo.

Già questo approccio include un giudizio: "sono questioni che non mi riguardano, perché coinvolgono solo persone con problemi (che io non ho), squilibri (che io non ho), pazzie (che io non ho), colpe (che io non ho)". Questo aspetto non emerge dal racconto della donna, che

preferisce arrestarsi sulla soglia dei possibili approfondimenti personali della tematica suicidaria. Sento, nel suo sguardo più che nelle sue parole, una struggente solitudine.

Il testo è ammantato di mistero e dubbio, di ombre che le parole non paiono in grado di illuminare. Il verso finale può essere letto come possibilità di speranza, in forza dell'avversativo che lo apre: forse ci sarà, un giorno, chi guarderà la luna, cioè chi vorrà conoscere la verità; e sarà una "puntata" di una sorta di seriale svolgersi degli eventi, come se l'"ennesima volta" possa essere nuova, possa rappresentare un punto di rottura e svolta, finalmente, rispetto all'abitudine pigra di "guardare al dito, sempre puntato", la via più semplice, istintiva, sciocca.

Il tema originario intercetta la focalizzazione sul linguaggio e i suoi limiti comunicativi, suggerita dall'haiku-traccia, che prescindono dalla "forma" (la lunghezza delle parole) e che derivano principalmente dalla presenza e dalla qualità dell'ascolto dell'interlocutore. Comprendere, scegliere e ignorare sono le opzioni che l'autrice della poesia individua, per l'interlocutore. Scegliere pare la più pregnante, la più "calda", in grado di oltrepassare una comprensione forse prevalentemente razionale e di forare l'indifferenza del falso ascolto, quello solo mostrato, superficiale.

Mondo giusto!  
Un fior di loto anche  
per un soldo bucato.

*La madre dell'amica dell'adolescente  
suicida sceglie e sviluppa questa traccia.*

Mondo giusto?? Per chi?? Per la società, per gli amici, per la scuola o per la famiglia?? Il mondo deve essere giusto per chi lo vive. Ci sono regole da rispettare sicuramente ma nessuno ci deve dire cosa è giusto o sbagliato fare. Mentre volava ... pensava fosse giusto?? Probabilmente sì. La mamma mi ha lasciata basita dicendo che lei ha fatto quello che sentiva e ora è serena lassù. Certo può essere. Nessuno lo sa, ma quando la tua mamma entra nella tua stanza cosa fa?? Piange sì dispera?? Quando alla radio trasmettono una canzone di ... pensa a te? Quando arriva il giorno del tuo compleanno cosa fa? Sono convinta che ogni attimo pensi a te ..., forse era quello che volevi ma hai lasciato il vuoto, il dolore, la drammaticità di un gesto calcolato nei minimi particolari. Non so se questo faccia più male che il non vederti più. Saper che hai calcolato tutto e non che è stato un gesto dettato dalla frenesia di un attimo è spaventoso.

--

Dal punto di vista narrativo, le righe del testo sembrano attraversate da un intreccio di emozioni forti che solo in parte assumono la fisionomia della parola: rabbia, rifiuto. Motivo di quello che sembra un vero e proprio scatto reattivo rispetto al primo verso della traccia è l'aggettivo "giusto". La donna rivendica la libertà di scelta di ciascuno e rifiuta l'imperante tendenza al giudizio.

Questa prospettiva sfocia in un relativismo che spiega il suicidio come scelta fra le scelte, e quindi come atto legittimo, in tal senso, in quanto coerente con il sentire e il volere del suicida, nel momento in cui agisce la propria morte. Sembra sia la stessa prospettiva assunta

dalla madre della ragazza suicida, che aggiunge l'intuizione/speranza relativa ad una serenità che immagina conquistata dalla figlia attraverso la morte. Questo modo di interpretare il suicidio risulta gravido di elementi distorti: il principale consiste nel fatto che si presuppone una consapevolezza compiuta, nel suicida al momento dell'atto suicidario, che nella maggior parte dei casi non c'è.

L'associazione suicidio-libertà, peraltro, è tema dibattuto da secoli; certamente a maggior ragione quando il suicida è in età adolescenziale essa va posta in discussione, problematizzata e ripulita da qualsiasi fuorviante romanticizzazione. Va sempre considerato il principio ormai consolidato per il quale il suicidio non è espressioni di "odio per la vita in sé", bensì di "desiderio di una vita altra" rispetto a quella che si sta conducendo in quella determinata fase o che si è condotta fino a quel momento.

Il dolore mentale è l'ingrediente base del suicidio: l'ideazione suicidaria che viene spesso dichiarata dalle persone che vivono una fase di crisi è accompagnata da una perdita di speranza e da un dolore mentale che raggiunge livelli così elevati da considerare il suicidio come l'unica soluzione possibile.

In questo senso, ogni azione di prevenzione è da intendersi certo non come tentativo di limitazione della libertà individuale, bensì, al contrario, come intervento di liberazione da illusorie prospettive di "benessere", non realizzabili attraverso la morte.

La focalizzazione della narratrice si rivolge quasi subito alla condizione del genitore della ragazza suicida e si rivolge direttamente a quest'ultima. Leggendo le sue parole ci si raffigura un confronto acceso, forse anche il gesto di scuotere per le spalle la ragazza, come per richiamarla a una consapevolezza che si assume non abbia avuto. La madre immagina gli stati d'animo e i tormenti dell'altra madre e individua nella premeditazione dell'atto suicidario l'elemento più difficile da accettare, il dolore più difficile da superare.

L'impulso sembra più "giustificabile": una perdita di controllo improvvisa per un'emozione forte, un malinteso, una fragilità momentanea. Che il pensiero abbia invece costruito un "piano" e che la persona abbia scelto di nascondere, covarlo e poi porlo in atto tenendo

all'oscuro i suoi familiari viene vissuto come ulteriormente tragico: è tradimento della fiducia, annullamento della complicità e dell'intimità, quindi della relazione, e annichilimento delle persone stesse, del loro valore, nel ruolo e in fondo anche fuori. Una radicale squalifica. Tutto ciò è "spaventoso".

Viene da chiedersi: da dove ricominciare se non si può neppure porre come obiettivo il recupero della relazione, stante l'assenza irrecuperabile dell'altro, cioè del suicida?

Mondo di sofferenza:  
eppure i ciliegi  
sono in fiore.

*Questa è la traccia che ha coinvolto di più, forse per l'esordio, direttamente pertinente alla tematica, e forse per la possibilità di leggerne gli aspetti evolutivi, grazie a quell"“eppure” denso di speranza.*

*La moglie di un uomo che si è tolto la vita.*

A me ha lasciato uno scritto dove mi spiega il perché del suo gesto. Non mi aveva mai dato segni di ciò che lo affliggeva o io non ho raccolto nessun segnale talmente ero presa di miei impegni e dalla mia quotidianità.

Il fatto di non aver mai capito tutta la sua sofferenza dei mesi precedenti mi hanno lacerato l'anima e il corpo.

Conoscevo abbastanza bene mio marito, non avrebbe mai accettato il disprezzo, le calunnie, le conseguenze che l'avrebbero perseguitato per tutto il resto della sua vita. Aveva sbagliato a fidarsi di una persona e ha voluto punirsi e pagare con la sua stessa vita l'errore commesso. Nella sua lettera d'addio mi chiede soprattutto di perdonarlo ed è ciò che ho fatto. Perdonare fa bene all'anima, ti fa stare meglio con te stessa e fa riposare in pace chi ti ha lasciato. La fede è stata per me l'ancora di salvezza e mi sono aggrappata con tutte le mie forze. L'amore della mia famiglia e il supporto di una meravigliosa psicologa ha contribuito a migliorare il mio stato di salute mentale e mi ha aiutata ad intravedere un po' di luce nel buio totale dove mi stavo rifugiando. Il percorso non è stato facile e ancora oggi anche se a distanza di tempo continuo a frequentare le sue sedute con altre persone che hanno avuto il mio stesso dramma.

Prego ogni giorno e mi affido a Dio e alla Sua grande misericordia. Chiedo il suo aiuto per poter andare avanti in questo mondo di sofferenza.

Il ricordo di questa parentesi così dolorosa non mi abbandonerà mai per

tutto il resto della mia vita, ma io mi aggrappo ai ricordi più belli vissuti con lui e annullo quelli a volte un po' amari che hanno oscurato il nostro percorso insieme.

La felicità non so se mi apparterrà ancora, ma cerco di affrontare ciò che mi rimane di questo mio passaggio terreno con un po' di tranquillità e di pace.

--

L'incipit della narrazione sembra quasi una risposta alla domanda rituale e inevitabile: "Perché?". Come se la donna fosse abituata a sentirselo porre. La sua vicenda ha avuto risvolti dolorosamente "pubblici" per la professione svolta dal marito, che lo portava a relazionarsi con molte persone; la coppia stessa ha sempre condotto una vita sociale intensa. Suo marito non l'ha lasciata senza risposte: ha spiegato, ha raccontato. Ciò non ha lenito il senso di colpa che deriva dal non aver capito la sofferenza dell'uomo. La frenesia della vita quotidiana ha fatto sì che, nonostante fosse nota alla donna la situazione critica che il marito stava vivendo, legata a vicende molto dolorose, non ci sia stata l'attenzione necessaria.

La narrazione è molto composta, ha un movimento armonioso, con pochi "scarti"; si percepisce che le emozioni sono decantate, nel corso del tempo, mutando colore, addolcendosi. L'aiuto che la donna ha ricevuto viene riconosciuto come cruciale per superare il momento traumatico del lutto: la famiglia, la psicologa e il gruppo di sopravvissuti hanno rappresentato interlocutori importanti, soprattutto nella fase in cui ha dovuto affrontare una pesante esclusione sociale. Il sostegno del gruppo ha fornito comprensione e supporto in un ambiente empatico, che ha favorito un senso di appartenenza particolarmente importante in una fase di isolamento e stigmatizzazione sociale.

Le vicende che hanno portato il marito a togliersi la vita, infatti, hanno generato in alcuni conoscenti rancori, diffidenze e giudizi di condanna che hanno coinvolto anche la donna. Il vissuto di vergogna che ha portato l'uomo a uccidersi è stato affrontato dalla moglie, fra disagi materiali e psicologici, scelte faticose, in una vera e propria rivoluzione del quotidiano e dell'esistenza. Ulteriori fattori che hanno concorso al

recupero dell'equilibrio sono stati il perdono e la fede religiosa, peraltro correlati. Me ne parla, nel corso dell'incontro in cui mi consegna il suo scritto, con il sorriso dolce di chi ha fatto propria l'esperienza dolorosa e l'ha collocata in un orizzonte di senso profondamente rinnovato, in cui anche il ricordo del marito, della loro relazione e del suicidio, lungi dall'essere rimossi o rinnegati, trovano spazio. I ciliegi possono finalmente fiorire laddove non ci sono né chiusura nella solitudine né rifiuto per quanto è accaduto e resterà indelebile nella memoria.

Un percorso terapeutico permette una maggiore integrazione interna dell'evento traumatico, parallelamente a un potenziamento delle risorse: viene, infatti, favorita la possibilità di cogliere gli aspetti della sofferenza non in modo totalizzante, bensì unitamente a quelli della speranza. Questo aiuta nella direzione di poter vivere il presente e lasciare, finalmente, il "passato nel passato".

*La figlia si rivolge alla madre suicida.*

CIAO MAMMA,  
QUANTI ANNI SONO PASSATI DA QUEL GIORNO, NON HO DIMENTICATO NULLA SAI? ERA ESTATE, C'ERA UN BELLISSIMO SOLE E QUELLA MATTINA NON TI TROVAVAMO DA NESSUNA PARTE. POI PAPA' MI HA DETTO. E IO HO GRIDATO COME UNA PAZZA E MI DIVINCOLAVO DAL SUO ABBRACCIO. E VOLEVO MORIRE ANCH'IO E SEGUirti.  
NON HO VERSATO UNA LACRIMA IN QUEI GIORNI PAPA' MI DAVA DELLE GOCCE PER CALMARMi. NON RIUSCIVO A RESPIRARE, MANGIARE, DORMIRE. SO SOLO CHE MI HAI TRADITO. MI HAI ABBANDONATA. IN VITA NON MI HAI MAI AMATA.  
QUESTA E' STATA SOLO L'ENNESIMA CONFERMA. NEGLI ANNI AVEVO FATTO DI TUTTO PER FARMi AMARE DA TE, TI HO RINCORSA, NON TI HO RAGGIUNTA, PERCHE' SEI ANDATA ANCORA PIU' LONTANA, DOVE NON AVREI PIU' POTUTO RAGGIUNGERTI. E MI MANCAVA LA TERRA SOTTO I PIEDI. E FUORI NON VEDEVO PIU' NULLA. NON ESISTEVA PIU' NULLA. ERA TUTTO NERO E SENZA LUCE. MA ERA ESTATE.  
E CERCAVO UN PONTE, GUARDAVO GIU', PERCHE' VOLEVO FARE LA STESSA COSA CHE HAI FATTO TU. TU LO SAI MAMMA CHE MI HAI ROVINATO LA VITA? LO SAI CHE HO DOVUTO RICOSTRUIRMI DA ZERO PERCHE' MI HAI FATTO IN MILLE PEZZI? LO SAI CHE NON HO MAI POTUTO PERDONARTI? LO SAI CHE HO UNA PAURA FOTTUTA DI FARE DEL MALE AI MIEI FIGLI COME TU LO HAI FATTO A ME? E QUANDO MI BALENA NELLA MENTE: "STAI FACENDO COME LEI", MI FERMO SUBITO E RESETTO. DOPO COSI' TANTI ANNI, ORA CHE TI STO SCRIVENDO QUESTE PAROLE, HO ANCORA QUELLE LACRIME NASCOSTE, TRATTENUTE IN FONDO ALLA GOLA.  
TU NON SAI COSA MI HAI FATTO.

--

Questa donna, ora madre, mi ha chiesto di leggere lì con lei, al momento della consegna, i suoi scritti; si aspettava che accadesse questo. Le ho chiesto se preferisse una lettura ad alta voce o nella

mente: ha risposto nella mente.

Ecco ancora lo stampatello maiuscolo, la stessa forza, lo stesso pugno nello stomaco, un'energia che sa di sfogo, accusa e condanna, ostilità furiosa. "Ciao mamma" è un saluto senza tenerezza, che inchioda alla sedia. Che non verrà riproposto in chiusura: al suo posto, l'amara constatazione dell'inconsapevolezza della madre ("tu non sai cosa mi hai fatto").

Frequenti sono i sentimenti di rabbia verso la persona deceduta, che è anche l'omicida di se stessa: è difficile non provare rancore per chi è causa della sua stessa morte perché risulta causa del proprio dolore.

Il ricordo nitido del giorno in cui la madre si è tolta la vita è collocato in un passato che sembra lontano, vago, perché così assimilabile alle stesse radici della sua esistenza. La narrazione del suo stato d'animo è molto lucida: urla, nessun pianto, il rifiuto della tenerezza disperata offerta dal gesto del padre, il rifiuto della vita. Il senso di tradimento prevale su tutto e genera il desiderio di seguire la madre nella morte, alla ricerca di un amore mai ricevuto, per procedere in un inseguimento che, in vita, non ha mai portato a un vero avvicinamento. Un legame troppo lasco per il bisogno di amore della ragazza, che dopo tante negazioni di affetto si trova a subire l'imposizione dell'assenza definitiva, il "no" per sempre, il rifiuto estremo.

Il passaggio che contiene le domande rivolte alla madre assume il tono dell'interrogatorio, duro, diretto: la figlia pone la madre di fronte alle sue responsabilità, alle conseguenze distruttive che il suicidio ha generato, compromettendo il futuro della ragazza. La donna mi racconta di aver interrotto il percorso scolastico.

La sua vita di relazione, poi, è stata segnata da due incontri che definisce "sbagliati", dai quali non ha ricevuto l'amore che cercava; nel primo caso, ritiene che l'uomo che ha scelto come compagno abbia approfittato a lungo della sua fragilità; nel secondo caso, la storia è comunque naufragata.

Sembra molto severa con se stessa: dice che "non ne ha fatta una giusta"; tranne i figli, specifica con dolcezza, che spera facciano nella vita ciò che desiderano, ciò che li renderà felici. Loro sono i suoi ciliegi

in fiore. Lei mostra a tutti noi che la possibilità di germogliare e fiorire è insita anche in chi ha subito ferite profonde e laceranti e continua a lottare per un equilibrio intimamente ecologico.

*Scrivere l'amica dell'adolescente suicida.*

La gente se ne va!

Questo, lo sappiamo!

Mamma, con il lavoro che fa, mi ha sempre insegnato che c'è un momento per tutti. Tutti una volta nella vita proviamo dolore e tristezza.

Come quando mi dissero che era veramente lei. Un immenso dolore e senso di tristezza.

Non c'erano tante risposte alle mie domande, i punti di domanda restavano ma la vita andava avanti.

Come i ciliegi, in un rigido inverno, subiscono la pioggia, la neve e la grandine ma fioriscono sempre; le persone subiscono le emozioni negative ma continuano a vivere.

Come i ciliegi splendono con i loro profumati fiori, lei splende nel cielo ogni sera con un senso di vita che qui in terra non aveva più.

--

La ragazza ha scritto questo brano immediatamente dopo l'incontro in cui le è stato illustrato e proposto il progetto, alla presenza della madre. Ha colto immediatamente la sintonia fra la traccia e la sua percezione della vicenda del suicidio dell'amica. È la fioritura dei ciliegi a guadagnare il rilievo maggiore: la sofferenza viene raccontata come "normale", come parte dell'esperienza di ciascuno; la morte stessa è naturale. Ciò non significa che la tragica notizia del suicidio della ragazza non abbia mosso emozioni in lei: significa, tuttavia, che anche l'insieme di reazioni generate da questo evento rientrano nell'insieme di possibilità che si possono verificare. La vita che procede pone in secondo piano le domande rimaste senza risposta. Il riferimento alla natura, ai ciliegi che affrontano le intemperie, serve alla ragazza per dire che l'amica suicida, sentendo di non poter fiorire in vita, ha scelto la morte.

La frase finale è estremamente interessante: "lei splende nel cielo ogni sera con un senso di vita che qui in terra non aveva più". Fa

pensare che chi scrive ipotizzi una possibilità "altra" dopo la morte, una sorta di prosieguo della vita in altre forme, anche risarcitoria o compensatoria rispetto a quanto esperito (sofferenze, delusioni, amarezze).

In realtà, il pensiero della ragazza muoverà poi verso altre articolazioni e direzioni. Solo questa prima stesura, breve e spontanea, apre la riflessione sul "senso di vita" che può emanare la ragazza suicida.

*La stessa ragazza, dopo alcuni giorni, rielabora i suoi pensieri, sempre rispetto alla traccia che ha scelto in origine, e ne scrive ancora. L'occasione è data da un "tema libero" assegnato in classe. Sceglie di parlare di questo argomento, partendo da questa traccia.*

#### PREMESSA:

*Partecipo ad un progetto al centro salute mentale di Biella. Esso consiste nella raccolta di racconti e testimonianze sul suicidio di persone a te care. La ragazza che se ne occupa ha fornito una decina di frasi da cui trarre ispirazione. Partendo da una delle frasi da me scelte per il progetto e scritta sopra, farò una riflessione sul suicidio di una ragazza.*

#### SVOLGIMENTO:

Aveva ... anni, ...

Quando il pomeriggio del ..... decise di buttarsi da quel maledetto ponte ....

Una giornata bellissima era stata fino a quel momento; la scuola era andata bene e l'allenamento anche...e fuori c'era il sole, in cielo neanche una nuvola.

Quelle tipiche giornate primaverili dove pensi che la vita sia meravigliosa e il mondo un posto senza sofferenza.

Il giorno prima era il compleanno di .... e il suo papà l'aveva accompagnata al concerto del suo e del mio cantante preferito.

Un altro evento in cui non pensi al male ma solo alla bellezza delle piccole cose, alla fortuna che hanno certe persone ad incontrare il proprio idolo. Erano circa le quattro del pomeriggio quando mia mamma mi diede la conferma "Sì, è lei, è ..."

La prima domanda che ti fa la psicologa che ti segue è "Cosa ne pensi?"

A cosa puoi pensare quando una delle amiche che conosci dalla scuola materna, si getta da un ponte senza una spiegazione.

Non riesci a rispondere a quella domanda perchè subito sprofondi nel dolore, ovviamente, come quando perdi una persona cara.

Dopo arrivano i sensi di colpa e la rabbia.

Se dovessimo immaginare una selva oscura del suicidio di sicuro il dolore,

i sensi di colpa e la rabbia sarebbero le tre fiere.

Ti senti come se non avessi fatto abbastanza per lei.

Senti le persone che ti guardano e vogliono solo sapere "Perchè l'ha fatto?" ma nessuno ti chiede come stai veramente perchè tanto era solo un'amica, non una figlia o una nipote per te.

Noi, amici, abbiamo fatto abbastanza ma lei non è stata capace di capirlo e apprenderlo.

Lei ha deciso di buttare via la sua vita, non è colpa nostra.

Il dolore passa; ogni tanto va e viene ma la rabbia, dopo due anni, c'è ancora e non se ne va, mai.

La seconda domanda, allora, è "perchè sei arrabbiata?"

A questa domanda ci sono molte piu' risposte.

Come si puo' non essere arrabbiate con chi una spiegazione non te la da e da un giorno all'altro se na va?

Sono arrabbiata perchè ha buttato via tutto, è stata egoista e ci ha lasciato qui da soli.

Noi siamo le vittime del suo suicidio, non lei.

Noi non stiamo piu' bene, dobbiamo essere seguiti e non lei.

Ha risolto il suo problema con la vita, creandone altri a chi con la vita ci lotta. C'è la rassegnazione che ti blocca, una ragione del gesto che ha fatto te la devi fare.

Non sono sono comunque d'accordo, non puoi lasciare i tuoi genitori da soli. Era la cosa piu' bella che potessero avere e ora sono soli (...)

Ma tutta la rabbia, forse va a lei perchè è stata l'unica persona in grado di lasciarmi senza parole.

..., non è così che si esce dalle abitudini o dagli schemi.

Non è così che si risolvono i problemi perchè ne hai solo creati altri.

Non te ne voglio dare una colpa ma non mi resta niente altro.

Se fossi ancora qui, tutti saremmo felici e forse, con l'aiuto di qualcuno, potevi esserlo anche tu.

Non eri sola.

La vita va avanti e non mi posso fermare al 12 maggio, per te.

Il mondo corre e io cerco di corrergli dietro ma ogni tanto mi fermo per pensarti e sono sicura che in qualunque posto tu sia, sei piu' felice che in questo mondo che tu non hai saputo apprezzare.

Mentre il mondo ci fa vedere i suoi lati peggiori con guerre, atti di terrorismo e violenza, le persone cercano di essere felici.

Non ti sembra assurdo?

Ed io ci provo ma a volte non posso fare a meno di piangere perchè troppe persone mi hanno lasciato sola negli ultimi anni.

Tu l'hai deciso e gli altri no.

Potevi fermare questa strage di dolore tra noi amici e i tuoi genitori, ma hai pensato a te stessa.

Sono arrabbiata ma una cosa, dopo tutto, l'ho imparata. Non sarò mai egoista se non per il bene di certe persone, ma non provo mai un dolore così grande e profondo ai miei genitori.

Quindi, alla fine, posso solo dirti "grazie" per avermi fatto apprezzare di più me stessa e la mia famiglia, le piccole e le grandi cose.

--

La narrazione, in stile informale, piuttosto colloquiale e spontaneo nonostante il contesto scolastico potesse implicare maggiore ponderazione, si sviluppa toccando vari temi. Il primo concerne l'inatteso: l'evento strappa una tela che sembrava linda, stesa su una normalità serena, costellata di appuntamenti gioiosi (il giorno prima, il compleanno della ragazza suicida, il concerto del cantante preferito), di "piccole cose". Dopo "la notizia", la ragazza individua un'escalation emotiva: dolore, senso di colpa, rabbia. I tre sentimenti vengono identificati con delle belve che abitano il bosco "oscuro" del suicidio. Il suicidio è dunque identificato con un luogo che non solo percorre la persona che lo agisce, ma che abita (quanto a lungo?) anche chi le è stato vicino. Il coinvolgimento è quindi profondo e assume connotazioni angoscianti.

La ragazza rileva la curiosità della gente, indifferente allo stato d'animo di chi è rimasto e risente dell'evento suicidario pur non essendo riconducibile alla categoria dei "sopravvissuti classici", vale a dire i congiunti più stretti. Si tratta di un passaggio importante, che racconta di una cultura dell'ascolto scarsamente diffusa e, in particolare, di una comprensione della rilevanza degli eventi suicidari del tutto acerba.

L'attenzione della "gente" sembra concentrarsi sul "tu che la conoscevi",

quasi a voler carpire segreti che si possono condividere fra amiche, a fronte di un'indifferenza sostanziale per i sentimenti che provano le persone, per esempio arrovellandosi sull'ultimo incontro, sull'ultima telefonata: nessuna attenzione per i sentimenti di chi resta, di chi fa i conti con una solitudine traumatica e subita.

Netta è la reazione ai sensi di colpa: no, non è colpa degli amici se la ragazza si è suicidata; sì, è lei che non ha capito e apprezzato quanto gli amici hanno fatto per lei; sì, è lei che ha deciso. La soluzione è definitiva e consolatoria. E apre le porte alla rabbia: l'amica si sente abbandonata, senza spiegazioni, all'improvviso; sente che non è stata "calcolata" nella scelta della suicida, che ha pensato solo a se stessa. Il suo egoismo ha generato "problemi" in chi resta, che si trova ad avere bisogno di aiuto; per esempio, li ha lasciati "soli". Interessante il rovesciamento che la narratrice propone: le vittime sono i sopravvissuti (che lottano con il dolore del lutto), non la suicida (che ha cessato di soffrire). Per questo la suicida è l'obiettivo della rabbia della ragazza, ancora più del sacerdote che ha negato la celebrazione del suo funerale: è la suicida che ha pensato solo a se stessa, che ha risolto i suoi "problemi" generandone altri alle altre persone, che non ha chiesto aiuto, che non si è accorta di non essere sola, che non ha saputo apprezzare il mondo, che ha deciso obbligando tutti gli altri all'impotenza. L'affermazione, apparentemente contraddittoria: "Non te ne voglio dare una colpa ma non mi resta niente altro", rappresenta un momento di consapevolezza importante: è una dichiarazione che immagino pronunciata sottovoce, quasi una confessione; è una ragazza che si scopre e si enuncia disarmata: non le rimane che trovare il colpevole dell'evento che ha sconvolto parte della sua vita, e la responsabile diretta, quella più immediatamente individuabile, è proprio l'amica suicida. Il pensiero di quest'ultima suscita una strana mescolanza di sensazioni e sentimenti, fra rabbia, rancore, malinconia, nostalgia e speranza. Si fa strada anche la gratitudine per un'eredità certo non scelta né desiderata: l'amica ha insegnato alla ragazza a non essere egoista come invece è stata lei, a non far soffrire chi la ama, in particolare i genitori; a non togliersi la vita, bensì ad amarla.

*Ancora la madre dell'amica dell'adolescente che si è tolta la vita.*

Sui giornali è apparsa la sua fotografia. Nome e cognome mancava il numero delle scarpe poi di ... si sapeva tutto. Notizie ricche di particolari, golose per i lettori di gossip. Ma a quel padre disperato sorretto in chiesa, ucciso dal dolore a cosa sono servite?? Nulla se non a chiudersi ancora più dentro per sfuggire da un mondo di chiacchiere. La sofferenza della famiglia, degli amici quel giorno al funerale toccava il massimo livello ma alla fine chi ha supportato ancora quelle persone?? Io per prima non l'ho fatto, ogni tanto li vedo, ciao ciao e discorsi banali. Quel giorno il tempo si era fermato, nel pianto, negli abbracci eppure i ciliegi sono in fiore e sono passati due anni e ne passeranno altri e credo che solo in alcuni momenti ... verrà ricordata dalla massa.

--

La donna esprime in poche righe la sua indignazione per come i giornali di provincia hanno raccontato la storia del suicidio dell'amica della figlia: fotografie, dettagli personali, elementi in grado di attirare l'effimera e superficiale attenzione del pubblico dei lettori. Il tema è molto dibattuto e da tempo sono state individuate le norme più adeguate per trattare le notizie relative a suicidi, tentati suicidi e suicidi mancati. La ricettività da parte dei giornalisti e delle testate, soprattutto a livello locale, è tuttavia molto carente o quantomeno discontinua. Questa situazione, in cui la suicida era una minorenni, anziché stimolare una maggiore delicatezza, pare aver offerto ghiotti spunti a media insensibili e fruitori curiosi.

Anche questo genera sofferenza: la alimenta, la amplifica, acuendo il fenomeno dello stigma sociale, inducendo i familiari della ragazza ad un ulteriore isolamento in funzione difensiva. Se è difficile capire come stare accanto a chi vive questo dolore straziante, come osserva la narratrice, è ben più semplice capire che cosa va evitato per non rendere ulteriormente insopportabile quel momento. Il mondo di sofferenza è popolato anche da indifferenti in grado di ferire senza curarsene, senza accorgersene.

E i ciliegi? La fioritura dei ciliegi è qui simbolo del tempo che scorre, nonostante tutto, nonostante quell'istante in cui era sembrato arrestarsi per lo strazio. La narratrice non ci fa intendere se questo è per lei un sollievo oppure se le suscita malinconia. Quei fiori che sbocciano, ogni anno nello stesso periodo, rappresentano anche l'oblio, l'indifferenza che ammanta la natura e le persone che, con il tempo, non distingueranno più i lineamenti di ... fra i personaggi che hanno incontrato, conosciuto o dei quali hanno sentito parlare. Con il tempo, neppure nelle ricorrenze rituali, come il suo compleanno e l'anniversario della sua morte.

*Un'altra amica della stessa ragazza partecipa  
alla nostra raccolta di testimonianze.*

Il suicidio è, per te, la fine di tutto. La fine della tua sofferenza, del tuo odio, della tua apatia, del dolore che, come tutti possono ora vedere, non potevi più tenere dentro. E tu hai scelto di farlo in un momento di inizio, la primavera. Proprio quando tutto il mondo si sveglia dal torpore dell'inverno, quando i ciliegi fioriscono, quando il sole accarezza e riscalda tutti i cuori, tutti tranne il tuo.

Ed è in un caldo giorno di piena primavera che la notizia del tuo suicidio riporta l'inverno nei nostri cuori.

Certo, è sempre qualcosa di inaspettato e repentino, più forte di uno schiaffo in faccia, soprattutto se tu sei protagonista.

Sono sicura che tu non hai mai pensato alle ripercussioni che poteva avere su chi rimaneva, non potevi immaginare che anche gli amici che credevi ti avessero dimenticato potessero, in realtà, essere quelli che più hanno sofferto. Non so se tu potevi immaginare quanta gente è venuta per piangerti, io non so perché tu credessi di non avere nessuno quando invece avevi così tante persone lì per te.

Sai, cara amica, non so dove sei ora, voglio credere che tu stia bene e sia finalmente alleviata dal peso che portavi mentre eri in vita. Voglio però che tu sappia cosa è successo da quando te ne sei andata.

Sono passati quasi due anni da quando ti sei tolta la vita. Mentre la data si avvicina io ho sempre paura, paura di non sapere come reagirò al ricordo di quel giorno. Me lo ricordo, incubo vivido nella mia memoria, come se fosse accaduto ieri. Mi ricordo la sensazione di disperazione, che come una fiera si appoggiava sul mio cuore; l'incredulità del momento, la frenesia di quegli attimi di realizzazione ed infine le lacrime. Tu non mi avevi mai visto piangere tanto. Mi ricordo le chiamate, i pianti delle nostre amiche, il doverle consolare e reprimere il dolore.

Da quel momento il mondo viene visto in un'altra maniera. Ogni ragazza che vedevo eri tu. Ti rivedevo nella ragazza bassa e scura come in quella alta e con i capelli ricci, ti rivedevo nelle mie nuove amiche, nei gesti, ti risentivo nelle parole di chi mi circondava. Eri ovunque e da nessuna parte.

Durante i giorni che seguirono al tuo suicidio, tutto quello a cui riuscivo pensare era: non può essere vero.

E non è stato vero fino a quando non ho visto la tua piccola bara entrare dalle porte della chiesa. Io non so come hai potuto farlo, non riesco e non riuscirò mai a capirlo. So veramente poche cose, ho tantissime domande da farti, domande che purtroppo non riceveranno mai risposta.

Sai, io spero veramente che tu mi stia guardando da là sopra; spero che tu mi veda quando vengo a trovarti al cimitero, quando saluto la tua lapide come se fossi ancora tu, quando accarezzo la tua foto come facevo con il tuo visino. Spero tu senta tutte le domande che ti rivolgo come una stupida e spero che sia tu quel vento che sento sfiorarmi ogni volta che ti dico che mi manchi. Sarà da pazzi, sarò sicuramente pazza, però ho bisogno di crederlo, ho bisogno di agire come se fossi lì con me, in carne e ossa. Tu hai lasciato un vuoto enorme dentro di noi, dentro di me.

Tu hai deciso di finire tutto, hai deciso anche per me. Con questo gesto hai chiuso il capitolo della nostra vita che ci vedeva insieme. Io ho dovuto rassegnarmi a questa tua scelta, la mia vita è proseguita, però con qualcosa in meno. Tu.

--

La narrazione si rivolge direttamente alla ragazza suicida; il tono è dolce ("cara amica", le carezze alla foto sulla tomba, "ti dico che mi manchi"), triste. Il testo è scandito in brevi brani, dei quali è interessante osservare gli incipit: due volte è "sai", altre due "tu" e in due sono contenuti riferimenti temporali ("sono passati quasi due anni", "da quel momento", "durante i giorni che seguirono"). La focalizzazione del racconto è quindi posta sulla relazione che si vuole recuperare/mantenere con l'amica suicida, al di là dello scorrere del tempo che, in prossimità del secondo anniversario della morte, si fa tema di riflessione inevitabile.

Chi scrive pone in primo piano l'elemento naturalistico della traccia, cogliendo il contrasto fra la stagione in corso al momento del suicidio dell'amica e la stagione del cuore che improvvisamente raggela ogni germoglio in chi è, in qualche misura, affettivamente vicino alla ragazza.

Come l'altra amica che ha partecipato al progetto, chi scrive immagina

la ragazza in un prosieguo di vita non meglio definito, connotato come positivo rispetto al disagio e alle sofferenze che evidentemente caratterizzavano la sua esistenza "qui". È una grande speranza, innanzitutto: l'amica desidera che la ragazza la osservi, la veda mentre manifesta quanto si ricorda di lei, quanto ancora le vuole bene. Così, la lettera diventa una sorta di "aggiornamento" su che cosa è accaduto dopo la sua morte, per farle comprendere le conseguenze del suo gesto, senza la rabbia e l'astio che abbiamo rilevato, preponderanti, nei testi dell'altra amica. Ecco che qui emerge la paura: la narratrice non sa prevedere le sue stesse emozioni nel giorno del secondo anniversario di quella morte. Il ricordo che prevale riguarda le lacrime: un pianto corale, un pianto per lei copiosissimo, come l'amica non aveva mai visto, un pianto disperato, incredulo e "frenetico". Quest'ultimo riferimento pare interessante: suggerisce una reazione di nervosismo, iperattività, forse per non lasciare il pensiero troppo libero di costruire ipotesi e interpretazioni, forse per rispondere a esigenze pratiche che possono apparire socialmente prioritarie (chi avvisare, come, che cosa fare a scuola, che cosa fare in parrocchia...).

Torna il tema delle domande senza risposte: il vissuto di frustrazione e anche di squalifica ("mi hai lasciata senza risposte, rimarrò per sempre senza risposte"). Quest'ultima assume ancora una volta la fisionomia dell'impotenza: lei come tutti gli altri sono stati costretti alla passività, all'immobilità dalla ragazza, che ha deciso per se stessa e per tutti. L'implicito sembra essere: "non ti ha interessato il nostro pensiero, il nostro sentimento? Non ci hai ritenuti adeguati ad accogliere il tuo dolore?"

Un altro tema rilevante, legato all'incredulità, trova in questa lettera una trattazione breve ma significativa: solo la visione della bara è in grado di confermare in modo certo la verità di quanto è accaduto; fino a questa sorta di riscontro di realtà, poteva essere tutto un brutto sogno, un equivoco. Si presenta la necessità di vedere, toccare, di ricevere una conferma tangibile per un evento che altrimenti viene percepito come assurdo, del tutto improbabile.

Il finale è molto delicato, struggente: il vero saluto è l'evocazione della ragazza morta, quel "tu" leggero e pesante insieme, che parla di un ricordo consapevole affettuoso, profondo, forse eterno.

*La moglie dell'uomo ritrovato nel bosco scrive ancora.*

Anche se si soffre la vita va avanti, per gli altri, per te o forse per nessuno ma va avanti.

Anche se si è segnati da profonde cicatrici che mai verranno cancellate ogni tanto fermati e cerca di ammirare quanto di meraviglioso e spettacolare ha da offrirti la natura e forse anche la tua vita.

--

Dal punto di vista narrativo, il cuore del brevissimo testo è in quel dubitativo, "forse", che ricorre due volte. La narrazione è tanto scarna da rispecchiare quasi fedelmente la struttura della traccia-haiku; e il rispecchiamento pare farsi strada anche sul piano dei contenuti, in considerazione del protagonismo che la natura, "meravigliosa e spettacolare", guadagna in chiusura: s'intravede, così, la speranza.

La riflessione della donna sembra sviluppata a partire da una sorta di "veduta aerea sulla vita": proprio la distanza (forse data anche da un processo di elaborazione avvenuto) che, quantomeno per lo spazio di poche righe, la narratrice riesce ad assumere rispetto a sofferenze e cicatrici anche sue, consentono la formulazione di una sorta di "massima di vita". La saggezza che si coglie in queste parole risiede anche in quei "forse" di cui dicevamo: è saggio percepire che la vita procede nonostante tutto; è saggio soffermarsi a contemplare la bellezza che regalano la natura e la tua vita; è saggio dubitare. Suscita tenerezza rintracciare la fragilità in questa forma: è una fragilità da riconoscere e di cui essere fieri quella che genera sensibilità per la bellezza ed esercizio del dubbio, perché il dolore è disperato, ma è una sofferenza che non immobilizza.

*La psicologa ripercorre nella memoria un incontro significativo.*

Ti ricordi del nostro primo incontro dopo il tuo ennesimo tentativo di andare incontro alla morte?

Quando ti chiesi il perché, tu mi rispondesti che dopo tanto tempo, te lo eri dimenticato.

Era diventato un modo di vivere, forse l'estremo tentativo di chiedere aiuto a chi ormai pensava che il tuo fosse solo un gioco.

Abbiamo parlato di questo "gioco" così simile alla roulette russa.

Dopo il fatto mi è rimasto, e so che non è giusto, il dubbio se tu avessi trovato il proiettile giusto per caso o se avessi deciso di alzare la posta con il banco, perdendo tutto.

--

La traccia non trova riscontro diretto nella narrazione, Rimangono quindi sconosciuti i percorsi e le associazioni innescati. La psicologa si rivolge direttamente al suo paziente, ormai morto. Rievoca, con un tono che suona sereno e pacato, il loro dialogo direttamente orientato a un tema che era presente e ricorrente nella mente dell'uomo/della donna. Non nomina il suicidio: fa riferimento al "fatto".

Particolarmente interessante, nel frammento di storia che la psicologa ha scelto di condividere, la risposta che il suo paziente dà alla domanda "Perché?". Si tratta solo apparentemente di una non risposta: il motivo, il movente si è perso nella memoria, attraverso un tempo che possiamo immaginare di disagio e sofferenza, ed è finito per diventare una sorta di orientamento di fondo, di modo di vivere che tende al non vivere, un procedere che desidera la propria interruzione definitiva. Come se permeasse ormai tutto, in un intreccio con la persona stessa che connota l'identità.

Il concetto di gioco richiama alla vitalità, alla ricerca di emozioni, per esempio il rischio, nel caso della roulette russa il rischio estremo. Una vitalità che può essere mortifera, come il giocatore ben sa, ma che comunque segnala la ricerca di sensazioni, di attivazione; un'energia a suo modo propulsiva che delega consapevolmente lo sviluppo degli

eventi, il proprio "destino", alla sorte. Una forma di resa strana, quindi un abbandono di sé che sembra percorso da un'invincibile amarezza.

Emerge con forza il tema della credibilità: il suicida si sentiva poco ascoltato perché non si dava credito alle sue reali intenzioni. Si può forse immaginare quanto questo approccio abbia acuito la sua sofferenza e il suo senso di isolamento, fino a esasperarlo, a spingerlo a "rilanciare" per ottenere attenzione. Lo psicologo stesso si chiede se la morte sia infine arrivata perché cercata deliberatamente o perché "accaduta". Sa "che non è giusto", ma se lo chiede.

Solitudine:  
dovunque guardo  
vedo violette.

*Una donna sposata con figli si toglie la vita, circa un anno fa.  
Chi scrive è il padre.*

A mia figlia.

Ciao cucciola,

firmavi le tue mail così, -tua cucciola- e nel mio cuore resterai per sempre la mia dolce cucciola, però ho sempre nella mente quella tormentosa domanda: PERCHE'?

Sì, perché hai deciso di lasciarmi in quel modo tanto dolore, e quando hai voluto spiccare il volo verso la tua libertà, perché non hai per un attimo pensato ai tuoi bimbi, a tuo marito, ai tuoi cari? PERCHE'?

Forse covavi un grande dramma dentro di te e (...) hai saputo nascondere molto bene, ed io ti chiedo: perché non hai chiesto aiuto per il tuo disagio? PERCHE'? Volando da quel ponte, cercavi forse la soluzione per liberarti da quel fardello? Quanti interrogativi e quante domande ti farei in questo momento; ma mi resta solamente il pensiero e i ricordi della tua esistenza passata insieme a me.

Da quando hai deciso di andartene la mia vita è molto cambiata e nei momenti della mia solitudine la memoria mi riporta alle nostre infinite discussioni su tutto, tutto era da discutere, e che bello quando ci si trovava d'accordo... bello era parlare di musica, di animali, di progetti futuri, insomma di tutto. Che bel dialogo avevamo!

Tra noi tanta complicità e tanto amore tra padre e figlia, come le nostre fughe in solitaria a cercar funghi nella foresta e ancora ho nelle orecchie le tue risate di gioia che riecheggiano tra gli abeti. E le nostre sciate...

Ormai non mi resta che frugare nella memoria e cercare di ricordare i momenti più struggenti con te. Tutto mi parla di te in ogni cosa che era tua, dai vestiti ai tuoi libri tutti fitti di annotazioni sul bordo, i tuoi infiniti appunti dell'università, i tuoi CD con le canzoni che ascoltavai fino alla

nausea, per non parlarti delle foto che ritrovo e sfoglio in continuazione, dove rivedo la mia cucciola felice e spensierata con la sua splendida famigliola. Continua a ritornarmi quella martellante domanda: PERCHE'?

Ho pianto tanto sai, e da solo in macchina chiamavo forte il tuo nome dopo quel tragico giorno di maggio; ma con l'aiuto di una splendida persona, sono riuscito a fermare le mie lacrime e tutta la rabbia che avevo in corpo, mandandoti solamente dei pensieri buoni e positivi in qualunque posto tu possa essere stata.

Ti sento sempre vicina a me ed ora riesco ad avere un dialogo "diverso" con te, avverto la tua presenza in tante strane manifestazioni che mi sono capitate e che continuano a capitarmi, come le farfalle bianche a gennaio, le coccinelle che corrono sul mio cuscino o quel pettirosso che da parecchi mesi, viene a beccare nel mio giardino ogni santo giorno senza fuggire spaventato, pensa che sono riuscito anche a fotografarlo da vicino.

Certo, per molte persone sono eventi più che scontati e nella normalità quotidiana; ma io voglio credere che in questi fatti ci sia il tuo zampino e tutto questo vuole dirmi qualcosa che non conosco, che non capisco, forse un incontro? Mah! Chissà!

Mi manchi tanto e mi manca la tua usuale telefonata del mattino che mi diceva come avevi passato la notte e come stavano i bimbi. A volte mi sembra un sogno strano o una specie di incubo angosciante che mi tormenta; ma subito ritorno alla mia triste realtà che mi fa tanto male emi ritorna quella domanda: PERCHE'?

Mi sforzo di ritornare il "papi" di sempre, con i miei pallini e i miei difetti; ma è molto difficile ritrovare la serenità ormai perduta.

Confondo i miei atteggiamenti con la gente, indossando una bella maschera di falsità per celare quello che ho in fondo al mio animo, con tutto il dramma che ha investito la mia vita da un momento all'altro.

E' cambiato tutto in un attimo e mi sono sentito vuoto e disarmato non sapendo cosa fare in quel momento, tutto nello spazio di poche ore, dalle battute spiritose al ristorante, all'angoscia di una frazione di tempo dopo e mi domando sempre: PERCHE'?

Al mattino e durante il giorno fino a sera ti penso con tanta passione e non riesco ad immaginare che non mi ronzi più attorno per farti

correggere l'ortografia dei tuoi articoli per il giornale.

Mi manca il tuo contatto, i tuoi abbracci, i pizzicotti e tutte le nostre "bravate" fatte di nascosto dalla mamma. E' un distacco anche fisico, come i sensi che non riconoscono più il tuo profumo, i tuoi capelli in disordine, le grida per quietare i bimbi esuberanti.

Hai impostato la tua vita per aiutare il prossimo disinteressatamente, dai bambini con gravi difficoltà d'apprendimento alla Protezione Civile come volontaria, ed io mi chiedo come mai con tanto amore e dedizione hai aiutato e risollevato tante persone, non sei riuscita a risollevare te stessa da quell'oscuro tormento che ti lacerava l'animo?

PERCHE'?

Non ti nascondo che ho dei rimorsi e dei rimpianti, con tutto l'amore che ho riversato su di te, provo un senso di meschinità nell'averti ripreso qualche volta solo per il tuo bene e ti chiedo perdono per i silenzi e quei brevi momenti di distacco dove entrambi, sulle nostre convinzioni, non siamo riusciti a trovare una quadra; però devi riconoscere che nel tempo l'intesa poi c'è sempre stata e l'armonia fra noi è ritornata comunque.

Ora dentro di me rimane un vuoto immenso, incolmabile e un disagio profondo. Ho la certezza umana che un giorno in un'altra dimensione ci rivedremo e staremo ancora insieme a parlare; ma stai sicura che quel giorno sarai obbligata a dirmi: PERCHE'?

il tuo papi

--

La lettera è rivolta alla figlia e risulta formalmente compiuta e curata. L'uomo ha dimestichezza con la scrittura e quindi utilizza questo strumento in modo ricco: ciò comporta la possibilità di ricavare sfumature anche sottili dal lungo scritto.

La domanda "Perché?", evidenziata anche graficamente, scandisce il ritmo del racconto e lo chiude come protagonista di uno scenario presentato quasi con brutalità: immaginando di ritrovare la figlia in un'altra "dimensione", prevede di obbligarla a rispondere al suo

“Perché?”. In una situazione che si può prefigurare di intensissima emozione, il padre ritiene di non riuscire a evitare quel nodo, ad andare oltre.

Gli altri interrogativi, invece, sembrano trovare se non una soluzione almeno una composizione: i sensi di colpa, per esempio, vengono in qualche modo tacitati dalla richiesta di perdono e dalla sottolineatura della sostanziale armonia che, nonostante alcuni diverbi o screzi, caratterizzava il rapporto padre-figlia.

La tenerezza pervade i passaggi in cui il narratore rievoca il tipo di relazione che aveva con la figlia, come scorrendo i fotogrammi dei momenti semplici della quotidianità condivisa. In questo contesto, emerge con forza la valenza di svolta radicale insita nell'evento suicidario: nulla è più come prima; a ogni istante il tormento della domanda sulle ragioni del gesto, sulle motivazioni del silenzio in merito al disagio che l'ha causato; dove prima c'erano gite, musica, studio, piccoli gesti d'affetto e gioco, ora si è aperta una voragine vuota, totalmente nuova nella sua terribile concretezza.

Interessante e utile il riferimento al percorso di supporto psicologico seguito: la conversione della tristezza e della rabbia in una nuova forma di amore per la figlia segna un'ulteriore svolta nella vita di questo padre, ora sopravvissuto. Si è aperto un dialogo nuovo, alimentato da piccole coincidenze simboliche, fra le quali anche il riferimento alle violette, i fiori preferiti dalla figlia, presenti nella traccia-haiku scelta. I simboli e le coincidenze aiutano a recuperare, ricostruire un senso e quindi a ridurre l'ampiezza del vuoto o almeno a conferirgli un calore e un colore differenti, più umani, più propri: la ricorrenza dei simboli è forse la via per colmare una solitudine che si manifesta anche nell'assenza di riferimenti, nella lettera, ad altre figure, familiari o amicali.

La firma, tutta in minuscolo, ci parla di una condizione di fragilità che non sa e non vuole, se non a tratti, per dovere (“bella maschera di falsità”), nascondersi.

*L'amica della ragazza suicidatasi scrive ancora.*

LA PRIMA COSA CHE PENSI QUANDO UNA PERSONA SI SUICIDA È QUANTO POTEVA ESSERE SOLA E ABBANDONATA A SE STESSA.

NESSUNO PENSA A QUANTI AMICI HA LASCIATO MA TUTTI SI METTONO A PENSARE QUANTO HA SOFFERTO.

NESSUNO SI PREOCCUPAVA DI LEI FINO A QUANDO NON SI E' LASCIATA CADERE.

E IL DOPO? DOPO TUTTI CONTINUANO A PENSARE A QUANTO STAVA MALE LEI.

E NOI? NOI CHE SIAMO STATI ABBANDONATI DA LEI? NOI CHE NON ABBIAMO NEANCHE RICEVUTO UNA MOTIVAZIONE?

NO, NOI SIAMO QUELLI CHE L'ABBIAMO LASCIATA SOLA...

NO, A NOI AMICI NON CI PENSA NESSUNO.

TANTO NON SEI UN PARENTE, NON SEI UN SUO CARO E QUINDI NESSUNO TI CHIEDERA' MAI... "COME STAI?" = "TI MANCA"?

NO. A NOI NON CI E' CONCESSO, NOI SIAMO SOLO QUELLI DEL "MA SECONDO TE PERCHE' L'HA FATTO?"

QUESTA RABBIA NON FINIRA' MAI!

SOLO LE VIOLETTE LA CAPIRANNO.

--

La ragazza, in righe energiche e dirette, rivendica attenzione per sé e per le altre amiche della suicida: quest'ultima, attraverso il suo gesto, diventa il centro dell'attenzione di tutti, anche di coloro che prima non le dedicavano alcuno sguardo. Gli amici, invece, rimangono sullo sfondo, nessuno sembra interessarsi al loro vissuto; se si manifesta un interesse, è per accusarli, in maniera più o meno esplicita, di non aver ascoltato, capito, intuito, immaginato, oppure per "saccheggiano" le informazioni che possiedono, per sottoporli ad una sorta di interrogatorio morbosamente curioso.

L'amica si sente, quindi, insieme al suo gruppo, una sorta di "sopravvissuta di serie B" rispetto ai parenti che invece ricevono legittimamente cure sociali. La solitudine del "sopravvissuto di serie

B" è doppia: ha subito l'abbandono da parte del suicida e, subito dopo, subisce l'indifferenza di tutti; non c'è riconoscimento per il suo dolore, non c'è avvicinamento, non c'è aiuto. La reazione da parte della ragazza è di rabbia: protesta il suo bisogno di uscire da un'invisibilità che percepisce innanzitutto come ingiusta. Le violette, simbolo della natura nel suo complesso, rappresentano un potenziale ascolto: è una provocazione che ribadisce quanto ridotta sia la disponibilità delle persone ad accogliere la sua rabbia.

*La sorella dell'uomo che si è tolto la vita sceglie ancora il linguaggio poetico  
per esprimersi.*

E con le violette non sono solo.  
Forse anch'io sono una violetta, senza saperlo,  
o una formica, o un'onda di mare.  
Forse non so nemmeno cosa sono.  
E nemmeno la solitudine lo sa.  
Può darsi che la solitudine l'abbia inventata io, per dare un nome a  
questo vuoto, a questa sete, a questa incomunicabilità.  
E chissà chi ha creato me,  
così simile e diverso da te...?

--

La poesia è scritta al maschile: il genere del fratello suicida, non della sorella narratrice. Non sappiamo se si tratti di una scelta stilistica volta a rendere universale il messaggio, secondo la tradizionale convenzione, oppure se la donna voglia farsi portavoce del punto di vista del fratello, ipotetico o a lei noto.

Gli interrogativi che strutturano la lirica concernono l'identità: un'identità incerta, che trova nella possibile fusione panica con la natura un'opzione forse confortante. Il percorso di pensiero appare confuso, suggerisce una dispersione labirintica, non necessariamente dolorosa, ma certamente incapace di giungere a una concreta e univoca risposta. L'elemento che più interessa è il verso centrale, graficamente isolato, come a suggerire che effettivamente si tratta di un perno narrativo: il vuoto, la sete e l'incomunicabilità sono la condizione emotiva di chi racconta. "Solitudine" può essere il nome che racchiude questa dimensione di silenzio, assenza, mancanza, mutismo. Ancora una volta, non traspaiono emozioni: non un cenno alla paura, alla sofferenza, alla disperazione. La condizione tratteggiata appare fissata in una sorta di istantanea che viene abbandonata sul tavolo, sotto il nostro sguardo, perché i versi successivi chiudono

spostando l'attenzione su altri temi: sembra che la narratrice ci voglia distrarre, aprendo su di un tema grande e alto ("chi mi ha creato?") e cercando di coinvolgerci, chiamandoci in causa in termini comparativi ("io sono simile a te, ma anche diverso"). È una sensazione palpabile, che ci parla della difficoltà di dirsi fino in fondo nella propria fragilità e dell'amore necessario per accostarsi a queste forme di dolore.

*La psicologa rievoca un ricordo particolarmente intenso per esprimersi.*

Sono informata dal tam tam dei tuoi vecchi ex compagni di liceo.  
Mi coglie la rabbia... era passato qualche anno dai nostri incontri.  
Dicevi di stare bene e di volere tagliare i ponti con il passato.  
Volevi conoscere altri orizzonti, ma non hai ascoltato le mie ultime parole "Se hai bisogno, io ci sono"  
Hai scelto il binario sconosciuto di un'altra regione per porre fine all'angoscia di una solitudine che non ti dava tregua.  
Ti sentivi abbandonato da tutti.  
Ricordo la tua aria sorniona e strafottente, le squalifiche dei tuoi problemi, fino a quando hai deciso di affrontarli definitivamente.

--

Le parole della psicologa parlano di un senso di tradimento che genera rabbia, che si esprime in una sorta di rimprovero: il suo paziente diceva di stare bene ma mentiva, non l'ha ascoltata, non l'ha cercata nonostante l'esplicita disponibilità che lei gli aveva offerto. La frustrazione è palpabile e si smorza solo nella seconda parte del breve scritto (che, s'intuisce, è costato fatica alla donna): il ricordo dell'angoscia e della solitudine che quell'uomo provava sembra farglielo tornare vicino, a distanza di tempo e di vita, e rievoca il suo atteggiamento "strafottente" con una sorta di simpatia, forse di malinconia quasi nostalgica.

La narrazione ci dice di un vissuto di impotenza di fronte alle scelte dell'altro, verso il quale la psicologa sente una forma di responsabilità, certo non diretta, ma forse legata alla tragica inutilità, che non può non constatare, del suo pur autentico e sentito appello: "se hai bisogno, io ci sono". Che cosa si può fare di più?

Ad ogni cancello  
la primavera comincia  
dal fango sui sandali.

*La mamma dell'amica dell'adolescente suicida prosegue nell'elaborazione.*

Quando ... era bambina l'ho sempre vista con il sorriso stampato sul volto. Capelli lunghi in lunghi codini la facevano sembrare Pippi Calzelunghe una vera monella. Nelle recite e nelle foto gli occhi furbetti primeggiavano sempre poi cosa è successo? Cosa ha spento la sua allegria? Un errore?? Non esiste un errore così grande da non essere perdonato, bisogna dividerlo. E chi ti mette al mondo non può non capire. Quanti errori abbiamo commesso anche noi genitori da giovani. I miei genitori chiusi e su alcune cose ottusi sono stati tenuti all'oscuro di tanti sbagli, io ho avuto la fortuna di superarli magari non nel migliore dei modi ma di superarli comunque.

Vorrei che le mie figlie si sentissero in grado di raccontarmi qualsiasi cosa accada ma capisco che il giudizio crei paura. Dialogare, sempre, con un amico, con mamma o papà, scriverlo solo quello può fermare un gesto così grave.

--

La riflessione sulle responsabilità del genitore (le sue, innanzitutto) prosegue, fra certezze e dubbi, fra esperienze dirette e ricordi di episodi vissuti nel ruolo di figlia. La madre trasmette la sua apprensione lanciando una sorta di appello alle sue figlie anche in questo contesto: lo stesso appello che certamente ha esplicitato tante volte, soprattutto dopo il suicidio dell'adolescente. L'invito al dialogo, all'espressione della propria interiorità, alla ricerca di aiuto è molto concreto, accorato. Rispetto alla storia della ragazza, emergono ancora una volta l'incredulità, l'incapacità di comprendere ciò che è avvenuto, e la conseguente frustrazione. La ricerca della spiegazione è tenace: si sente

come necessità l'individuazione di un fattore scatenante, determinante; rintracciare un meccanismo causale lineare sembra poter pacificare, in qualche modo rasserenare, perché se si riesce a evitare la "causa" allora si riuscirà a scongiurare l'"effetto". È difficile accettare che gli eventi non si sviluppino in questo modo, che il suicidio è un fenomeno complesso, sebbene non del tutto imperscrutabile. È difficile soprattutto per una madre spaventata all'idea che un errore, così umano, così frequente, anche così proprio, o un errore della figlia, possano generare conseguenze tanto tragiche, irreparabili. Con questi rischi tocca fare i conti. Con queste paure. Con questo fango, che può essere foriero di primavera.

*Altri versi dalla sorella di un uomo che si è suicidato.*

Quando una situazione inizia  
Non lascia intuire come finirà  
E ricostruire l'origine  
Dagli sviluppi non sarà immediato poi.  
Tutto cambia, in modo imprevedibile.  
Era inverno la primavera,  
e non basta un cancello a trattenerla  
una recinzione a isolarla,  
qualche sbarra a imprigionarla.  
Come il vento passa attraverso,  
anche attraverso l'umanità,  
quando è consapevole di esserlo.

--

Il componimento poetico ha un ritmo quasi allegro e segue un percorso piuttosto criptico, che può ricordare gli indovinelli: l'autrice sembra voler giocare, conducendoci a spasso fra immagini apparentemente non correlate con l'esperienza oggetto del progetto né fra loro. Il tema sembra essere la spiegazione (dell'atto suicidario?): le deduzioni possibili non sono necessariamente veritiere; ci sono variabili imprevedute, ci sono fragilità, ci sono libertà che sfuggono alle regole o alle attese. C'è il caso, verrebbe da sintetizzare. Sembra di intendere che alcuni eventi conservano l'inspiegabilità del vento, in grado di sfuggire a ogni tentativo di intrappolarlo. Gli stessi eventi, come il vento, hanno la forza di "attraversare", e quindi intridere, "informare", profumare, forse trasformare, "l'umanità"; tuttavia, affinché ciò accada, è necessario che l'umanità sia consapevole di essere tale, vale a dire che riesca a maturare una capacità di relazione, di ascolto e di prossimità davvero umana.

*Dopo che fuori ha piovuto, ci si infanga sempre uscendo. Per fortuna le scarpe, come anche i piedi, si possono sempre lavare e*

*ripulire. Il fango dentro, che si deposita nella coscienza è più difficile da scrostare, da ammettere, da perdonarsi. Eppure è così che ci si purifica, fiore di loto diventa l'anima.*

La postilla richiama la traccia, concentrandosi sul simbolo del fango e sganciandolo dal tema della primavera e dal simbolo del cancello. Il fango, in senso figurato, viene associato alla dimensione dell'errore, della colpa: se secca, diventa difficile lavarlo via, ripristinare la condizione di purezza precedente. Si tratta tuttavia di un processo indispensabile. Restiamo nella sospensione di questa dichiarazione, che non ci suggerisce modalità né strumenti: ci fa solo sperare.

*Un'infermiera con diversi anni di servizio ricorda  
un episodio della sua esperienza professionale.*

La primavera è la mia stagione preferita. C'è il caldo del sole che ti scalda la pelle, che ti illumina l'anima, che ti fa pensare all'estate che verrà, alla felicità che si prova a vivere all'aperto.

La primavera è terra. È contatto con la madre di tutto. È sporcarsi le mani sgranando la terra per travasare i fiori, per piantare gli aromi e iniziare a godere dei colori e dei profumi che hai davanti.

Quella terra, quell'elemento che, unito ad un altro altrettanto potente, diventa fango.

Ma il fango dà fastidio.

Ne avevi molto addosso, ti immagino coperto totalmente dal fango, sporco, infastidito, chiuso in quella corazza che non volevi condividere, che non volevi togliere.

Sarebbe bastata la purezza dell'acqua a rendere tutto nuovamente pulito, tutto lindo e purificato per riiniziare una nuova vita, una nuova primavera a cui sarebbe susseguita l'estate.

Ma tu hai scelto di spezzare la tua primavera, ritrovandoti ugualmente davanti ad un cancello.

Non so cosa farai ora.

Ma so cosa farà la tua famiglia. Andrà avanti senza di te con un NOI in cui tu non ci sarai, ma sarai SEMPRE presente nelle loro azioni, nelle bugie che racconteranno alla bambina e nelle bugie che racconteranno a loro stessi perché devono proteggersi da questo dolore TROPPO forte per loro, da quello che la loro mente non vuole capire, ma che il loro cuore sa.

--

L'haiku trasporta chi scrive in una dimensione bucolica intensa, che mobilita le sue sensazioni e i suoi ricordi.

La scena del suicidio irrompe sul palco e viene immaginata e ricondotta agli elementi naturali elementari: la terra, ambivalente nel suo essere madre ma anche fango che sporca; l'acqua, salvifica.

L'immagine della scena del suicidio ha qualcosa di cinematografico più che teatrale e il fango diventa metafora (esplicitata) di una sporczia che nelle righe successive si colorerà di colpa. "Sarebbe bastato" pulirsi: la semplificazione sembra percorsa da fastidio, da un giudizio che tende a ridimensionare il disagio (di cui nulla viene detto) del suicidio a qualcosa di "risolvibile" con un nuovo inizio, in uno sguardo di cui l'uomo è stato evidentemente incapace. Sembra di cogliere quasi risentimento nella constatazione di questa incapacità, quasi a suggerire che si sia trattato di non volontà. Ecco la dimensione della scelta: l'uomo ha scelto di "spezzare la sua primavera".

Chi scrive si rivolge al suicida con una domanda indiretta, come se visse una forma di vita altrove, impegnato non si sa come. La chiusura dello scritto è accusatoria: il suicida viene richiamato alla responsabilità rispetto alla famiglia che ha lasciato. Ricorre l'avversativo "ma", a marcare il tentativo che compie la scrivente di vedere (o sentire) gli aspetti differenti che la complessa situazione contiene. Una complessità che forse è troppo gravosa e si tende a sciogliere nella scelta della prospettiva più concreta e comprensibile: quella tracciata dal dolore di chi resta.

*Scrivo un volontario della Croce Rossa Italiana,  
sezione di Biella, in servizio da 30 anni.*

La pioggia, le pietre, l'acqua, il fango, la notte, la paura, il cammino fatto per arrivare, la speranza, l'angoscia, l'ansia di credere che non possa essere vero, invece no è tutto tristemente vero, hai aperto quel cancello quel cancello che nella tua testa rappresentava la libertà... la soluzione ai tuoi problemi lasciando inesplorate ancora tante primavere che la vita ti avrebbe riservato, sei lì... la tua posizione... prona inclinata sul fianco, la testa nell'acqua con in mano gli occhiali che ti sei tolto e tenuto stretti in questo tuo ultimo e veloce viaggio, quasi a non voler vedere, non voler vedere quei tuoi ultimi lunghissimi secondi.

Mi hai fatto sentire impotente inutile... avrei voluto... mentre il mio sguardo ti scrutava, aiutarti... A se avessi potuto, e invece no.

Nella mia mente rimane questa tua impronta impressa nel fango e questi occhiali tenuti nella mano, intatti, quasi a significare la tua breve vita, le cose che hai visto e che avresti potuto ancora vedere.

--

L'elemento della traccia che innesca la narrazione è il fango, che nella storia diviene fango di disfatta e non di rinascita, come una sorta di fallimento della primavera, rifiutata da chi ha scelto la morte.

Il breve brano trasmette concitazione, un'emozione quasi soverchiante in cui, accanto alla speranza, all'angoscia e all'ansia, compare anche la paura: viene da interrogarsi su questo sentimento, viene da chiedersi se sia paura di trovare ciò che si immagina come paura anche un po' per sé, per le proprie reazioni, per il proprio equilibrio. Leggendo le prime righe sembra di sentire il respiro affannato del volontario che si avvicina al luogo in cui giace il suicida. La scena irrompe con tutta la sua forza e si cristallizza immediatamente nel dettaglio che rimane inciso nella memoria del volontario: gli occhiali in una mano del corpo ormai senza vita. È stato studiato come questo genere di immagini possa risultare traumatico e persistente

in chi assiste a un atto suicidario o vede il cadavere di un suicida. Il vissuto di impotenza prevale.

La visione è il concetto portante dell'esperienza del volontario: lui vede, "scruta", e non può prestare aiuto come vorrebbe; la persona che si è tolta la vita (diventata ormai corpo: non se ne dice nulla, se non che era di giovane età) non ha più voluto vedere, e forse per questo si è simbolicamente tolta gli occhiali. Il volontario rileva come togliersi la vita sia privarsi del futuro, delle esperienze e dello scorrere del tempo, cadenzato dalle stagioni.

Si coglie il senso di impotenza per non poter cambiare la realtà delle cose, non poter portare aiuto come vorrebbe, come avrebbe voluto; si percepisce la contaminazione della paura, quasi come se si perdessero dei confini (o diventassero molto labili) tra chi soccorre e il suicida. È interessante l'attenzione per un dettaglio che viene colto con la vista e che diventa centrale nella rievocazione dell'evento.

Fine dell'anno.  
In ogni caso  
mi affido a te.

*La sorella dell'uomo che si è tolto la vita compone altri versi.*

Ogni anno finisce anche un mese,  
un giorno, un'ora, un minuto e un secondo.  
Ma non se ne accorge nessuno.  
Unità di tempo ma  
Frammentazione dei contatti umani.

È difficile affidarsi, fidarsi ancor più  
ma con fiducia o senza  
chi si avvicina alla fine, lo è anche all'inizio.

In ogni caso una certezza,  
in ogni cosa un mistero,  
in ogni casa una porta con una chiave ad aprirla.

--

La donna esprime il disagio che prova rispetto a relazioni personali non autentiche, segnate da una scarsa attenzione per l'altro: i "contatti umani" risultano "frammentati" come superfici segnate da limitazioni e parzialità, dispersività, indisponibili a costruire uno sguardo reciproco in grado di spingersi in profondità, mosse da un reale interesse per la comprensione e la condivisione. Diventa quindi difficile abbandonarsi con fiducia alle relazioni; tuttavia, constatata con razionalità, il tempo scorre ugualmente, con il suo cammino circolare che congiunge la fine con l'inizio. E nonostante la superficialità delle relazioni, nonostante l'impossibilità di fidarsi, l'ordine delle cose rimane intonso: questo pare essere il senso degli ultimi versi.

Il componimento ancora una volta non esprime esplicitamente vissuti emotivi intensi: "frammentazione" non è "miseria" né "drammatica insufficienza"; "difficoltà" non è "dolore" né "strazio". Il pudore e la riservatezza trovano nella parola poetica lo strumento adeguato per dire la profondità in un modo non troppo disturbante, innanzitutto per chi sente il bisogno di dire. Nonostante tutto.

*Scrivi ancora il padre della donna suicidatasi circa un anno fa.*

*Alla fine,  
sarai tu ad aiutare me.*

Vola disteso il nibbio,  
scivolando leggero  
e risalendo veloce.  
Tu non sei risalita,  
scivolando i tuoi giorni  
in un buio assoluto.  
Non sei riuscita a volare  
Oltre le tue incertezze.  
Ti sei lanciata senza ali  
In un ultimo volo veloce,  
accecata da ombre furtive.  
Ora puoi volare,  
in una luce nuova,  
dove la brezza ricaccia le nebbie  
allungando le tue mani  
verso chi oggi interroga  
il proprio palmo vuoto.

--

Il gesto suicidario della figlia viene qui evocato nella sua materialità: ricordiamo che la donna si è uccisa per precipitazione, lanciandosi da un ponte. Va, tuttavia, mantenuta sullo sfondo la simbologia connessa all'atto del volo, inteso come slancio di conquista dell'autonomia, segno della crescita, della maturazione.

Si coglie quasi un rimprovero, un'osservazione critica ("Non sei riuscita a volare"), rafforzata poco oltre ("accecata da ombre furtive"): la spiegazione dell'atto suicidario viene ricondotta a un'incapacità ("senza ali"). Il titolo del componimento traduce, in continuità, l'ultimo verso della traccia-haiku: il padre si affida alla figlia, in un certo senso

paradossalmente, cioè capovolgendo gli equilibri ordinari che vogliono la figura del padre simbolo di accudimento e quella della figlia nel ruolo di accudita. La chiusura della poesia richiama alla condizione di vuoto che vive l'uomo: la mano che un tempo stringeva quella della figlia ora non contiene nulla; rimane così in attesa di un gesto che arriva da lontano, da una dimensione in cui finalmente la donna può davvero volare, come desiderava e come, in modo "inadeguato" e terminato in tragedia, ha provato a fare in vita.

*L'infermiera esperta riflette su un altro episodio che l'ha colpita.*

Fine dell'anno, fine dei mesi, dei giorni, dei minuti, di ogni singolo attimo che avreste potuto passare insieme e condividere.

Lei è piccola e avrebbe potuto vedere la vita attraverso i tuoi occhi e i tuoi sbagli, attraverso le tue esperienze giuste o sbagliate, non sarebbe importato. Sarebbe stata vita non morte. Luce non buio.

Non so se nel tuo gesto disperato potrai avere serenità, se ha avuto realmente fine la tua pena, ma loro sono rimasti qui senza te, con il rimorso di non averti aiutato, con la rabbia per il tuo gesto, con la delusione del tuo abbandono, con il senso di colpa per non aver capito.

Ma in ogni caso, in ogni dunque, in ogni dove, in ogni perché, in ogni momento io mi affido a te. A te che puoi tutto, a te che sei ovunque per chiederti serenità, forza e salute per tutta questa famiglia travolta dall'evento senza sapere cosa fare, senza poter controllare l'accaduto.

Mi affido a te che sei luce, speranza e gioia.

Fai brillare me attraverso la tua fede e dammi la forza di aiutare e riconoscere chi ha bisogno.

Dona pace alla famiglia e serenità alla sua anima, serenità che non è riuscito a trovare in vita.

--

La storia pone immediatamente in evidenza una compresenza, sulla scena: un genitore e una bambina "piccola". Nelle parole di chi scrive si coglie rammarico, in forma di rimpianto, che assume presto le sembianze del rimprovero. La responsabilizzazione del suicida nei confronti della figlia irrompe nelle primissime righe; segue un'enunciazione dei sentimenti che la scrivente ritiene abitino nei familiari sopravvissuti: rimorso, rabbia, delusione, senso di colpa. La posizione di analisi risulta focalizzata sul "qui ed ora" e quindi concentrata su coloro che, rimasti vivi, hanno la possibilità di manifestare il loro stato d'animo. Il percorso che ha portato il suicida a togliersi la vita è del tutto ignorato, non è oggetto di riflessione né

di ipotesi.

La fede interviene nella narrazione determinando una netta cesura, segnalata da un avversativo ("ma"), anche in termine di tono. Essa sembra essere in grado di spazzare via tutto: il "te" della traccia viene connotato in termini spirituali e religiosi; le riflessioni sulla famiglia, su chi resta, trovano quiete, e anche "in ogni perché" l'affidarsi a un non identificato Dio risulta risolutivo.

"Riconoscere chi ha bisogno" pare un passaggio molto significativo: il desiderio di aiutare deve riuscire a orientarsi, individuando coloro che necessitano di supporto. È tutt'altro che banale intercettare le richieste di aiuto spesso implicite di chi vive un disagio psicologico o emotivo: evidenziare la rilevanza di questa forma di attenzione è davvero importante.

Molto spesso si coglie nel personale che è a diretto contatto con queste situazioni la necessità e il desiderio di uno spazio di formazione specifico sulla possibilità di cogliere le richieste di aiuto.

*Carabiniere in servizio da circa 30 anni.*

Fine dell'anno.  
In ogni caso  
mi affido a te.

L'espressione "fine dell'anno" mi richiama la sensazione di spreco sociale che provo di fronte a situazioni che hanno dato luogo a suicidi e che si potevano gestire diversamente. Percepisco il suicidio come uno spreco sociale perché penso alle potenzialità che la persona, a volte di 40-50 anni, poteva esprimere; penso alle persone che ogni suicida lascia, sulle quale trasferisce il problema. Rispetto queste scelte, che di fatto rappresentano in qualche modo una resa e che immagino molto profonde, molto sofferte, in modo particolare quando nascono da un progetto, anche da ricerche attive, per esempio sul web, di informazioni circa vari metodi e strumenti. Ricordo un episodio particolarmente drammatico e traumatico che ha coinvolto un collega: era nel gruppo intervenuto in occasione di un suicidio; c'era un'auto sul ciglio di una strada; una persona si è avvicinata a lui ponendogli alcune domande sul metodo usato dal suicida e sul fatto che esso implicasse o meno dolore; il collega gli rispose, gli disse che non si soffre, ricorrendo a quel metodo. Lo fece naturalmente in modo sereno, corretto, trasparente. 72 ore dopo proprio a lui toccò intervenire sulla scena del suicidio di quell'uomo. Non se ne è mai dato pace.

A ogni suicidio, m'interrogo: che cosa abbiamo posto in essere tutti insieme, come società, per evitare questo gesto estremo? Proprio in quanto estremo, il gesto suicidario contiene qualcosa di nobile, di importante, perché arriva dopo una riflessione interiore profonda, dopo il superamento di fasi di sofferenza anche numerose e acute. Rifuggo dalle spiegazioni semplicistiche che vogliono ricondurre queste situazioni a meccanismi lineari "causa-effetto": credo che siano rari i casi che rientrano in questo modello di interpretazione e credo anche che si tratti sostanzialmente di incidenti, cioè che non ci fosse una reale volontà di darsi la morte. Mi chiedo sempre:

possibile che non ci sia un sistema affinché la società civile possa sentire queste pulsazioni negative? Credo che la direzione da seguire sia quella di cogliere i segnali che ci dicono: "qui c'è una situazione di disperazione".

Ricordo la storia di un ragazzo relativamente giovane, al quale erano state interrotte le forniture di luce, acqua e gas in quanto moroso, che si è tolto la vita. Ricordo che mi sono chiesto: non è possibile fare qualcosa per avvolgere queste sofferenze in un'attenzione che vada oltre l'attivarsi per trovare risorse per pagare le bollette, che si estenda all'accoglienza del disagio interiore profondo che probabilmente c'era già, prima delle difficoltà economiche che sono emerse nel momento cruciale? Più volte abbiamo trovato le bollette di fianco al cadavere di suicidi, ma erano davvero quelle la causa del gesto estremo? O altre situazioni, come il vizio del gioco, un tracollo economico dovuto alla perdita del lavoro... Credo sia una via facile attribuire a questi elementi il ruolo di causa: è un modo per allontanarsi da qualsiasi responsabilità.

Tra i familiari, ho sentito negare l'evidenza di situazioni significative di malessere psicofisico; in casi di depressione grave, per esempio, un momento di apparente serenità dovrebbe allarmare, segnalare una fase delicata ed estremamente rischiosa; non può essere interpretata realisticamente come un "ultimamente sembrava stare bene". Comprendo le reazioni dei familiari, che in qualche modo hanno la necessità di affrontare un evento di una tragicità assoluta, indicibile. Ma è necessario che certi cambiamenti repentini siano colti e letti come segnali di allarme, che inducano a cingere la persona che vive il disagio in un abbraccio di comprensione e di aiuto.

Ricordo una persona che è stata salvata perché ha chiamato in caserma mentre si stava impiccando. Nella prima fase l'abbiamo trattenuto al telefono, per guadagnare tempo, e poi abbiamo assistito, al telefono, al momento in cui ha rovesciato lo sgabello. Nel frattempo, la pattuglia l'ha raggiunto a casa, ha scavalcato il cancello, è corso nel sottotetto e l'ha soccorso, portandolo in Ospedale, dove è stato ricoverato nel reparto di Rianimazione. Aveva ricevuto una diagnosi di tumore e sarebbe morto dopo poco più di un anno. Quando ci ha incontrati,

uscito dall'Ospedale, ci ha chiesto: "Che cosa siete venuti a fare? Comunque morirò... Ma è andata così, va bene così..." Era una persona percorsa dalla rabbia, sempre.

Quando affronto l'argomento dei suicidio, mi balza immediatamente dalla memoria un evento particolare traumatico: nell'ambito di un'operazione di polizia giudiziaria, all'alba, un ragazzo non ancora trentenne, che nello svolgere attività informatiche era rimasto coinvolto in una complessa indagine, si è tolto la vita. Oltre al dolore, ho provato una profonda amarezza. Quel ragazzo aveva perso il lavoro, manifestava vari segni di disagio per la gestione delle sue giornate; ci hanno poi informato che scambiava il giorno per la notte; i familiari, certo non per mancanza di amore o di buona volontà, ma probabilmente a causa della difficoltà nella gestione di un figlio che aveva tutte le caratteristiche del "bravo ragazzo", nonostante questa sua chiusura verso il mondo esterno, non erano stati in grado di cogliere quegli elementi; sicuramente avevano fatto di tutto per aiutarlo e proteggerlo, ma non avevano visto al di là del problema concreto, per esempio, legato alla perdita del lavoro. E noi... non sapevamo chi era. Intendo come persona, non come anagrafica. Abbiamo scoperto la sua esistenza solo in quel momento. Questo mi fa molto male: neanche noi avevamo intercettato il suo malessere. Mi riferisco al tessuto sociale, ai vari soggetti che vi agiscono e a noi, come Arma: molto dipende dal modo in cui ci poniamo nei contesti in cui operiamo. Se mettiamo distanza fra noi e la popolazione, raccoglieremo distanza, diffidenza, silenzio; se invece offriamo vicinanza, raccoglieremo vicinanza, fiducia, apertura, dialogo. Con l'impegno che tutto questo implica. Mi trovo spesso a riflettere su quante barriere pongano i soggetti che dovrebbero offrire aiuto a chi l'aiuto lo cerca davvero: orari di sportello, citofoni e cancelli chiusi, segreterie telefoniche, messaggi più o meno espliciti che dicono: "non è di mia competenza"... E quando si supera la ritrosia a farlo e si chiede aiuto, a volte si incontrano interlocutori giudicanti. Che così allontanano, scoraggiano e sconsigliano, anziché sostenere. Si dovrebbe costruire una rete vera. "Rete" è una parola usata molto spesso, ma a volte vuota: in comunità piuttosto piccole, per esempio, è necessario, affinché funzioni davvero, che le informazioni

circolino e siano condivise, che ciascun "nodo" mantenga il proprio ruolo, che anche elementi importanti come il medico di base riesca ad attivarsi e collaborare, nonostante le difficoltà legate al carico di lavoro cui deve fare fronte. Anche l'attivazione della rete, l'"innesco", è importante: per esempio, tornando alla situazione delle bollette non pagate, si dovrebbe fare in modo che il fornitore di energia, per esempio, a fronte di mancati pagamenti reiterati, attivi le autorità locali affinché qualcuno si faccia carico di appurare le motivazioni di quelle situazioni, il contesto in cui avviene il mancato pagamento.

Quando avviene un suicidio, tutti aspettano i Carabinieri. Quando intervengo, emotivamente "mi blindo": da noi tutti si aspettano lucidità, operatività, anche una forma di cinismo funzionale alla gestione immediata della situazione. Noi comunichiamo come dev'essere gestita la situazione perché siamo noi che interessiamo l'Autorità Giudiziaria al fine di svolgere gli opportuni accertamenti. Il medico a volte ci accoglie potremmo dire "con la penna in mano", in attesa di informazioni, rilievi e indicazioni. Siamo noi ad attendere il nulla-osta dell'A.G. per la riconsegna o meno della salma alla famiglia; e questo fa la differenza, perché implica che il funerale potrà essere fatto entro 48 ore oppure dopo una settimana. E il funerale rappresenta un passaggio cruciale nel cammino del lutto che vivono i familiari. Con i familiari quella sorta di cinismo di cui dicevo viene meno: per loro siamo l'unico punto di riferimento razionale, nel momento critico, ma non dobbiamo apparire cinici. Percepiano il loro senso di colpa, la loro devastazione insormontabile, e, nell'arco di qualche manciata di secondi, ci troviamo a scegliere come comportarci, per esempio rispetto agli scritti che spesso i suicidi lasciano: mi è accaduto di reperarli e di trasmetterli al Magistrato (i familiari possono chiederne copia successivamente); a volte, invece, ho consegnato gli originali ai parenti, anche leggendoli insieme a loro. I familiari devono trovare la forza di fermarsi e chiedere aiuto. La fase immediatamente a ridosso dell'evento è per loro di radicale spaesamento. Mi è capitato di aiutare una mamma a scegliere nell'armadio il vestito da far indossare alla figlia per la tumulazione. Può sembrare assurdo o sciocco, ma in realtà per lei quella scelta era molto importante: significava continuare

a prodigarsi per la figlia, starle vicino, prendersi cura di lei. In quei momenti, i genitori hanno bisogno di un "aggancio", di focalizzarsi su qualche cosa di concreto che li sostenga nel passaggio verso il funerale, cioè verso l'inizio del vero e proprio lutto. C'è la necessità di chiudere un cerchio.

Anni fa sono stato colpito dalla vicenda di due fratelli: il primo si uccise; il secondo, tempo dopo, ebbe un incidente stradale e morì. Sono convinto che si è trattato di un suicidio. E anche in quell'occasione mi sono chiesto: che cosa abbiamo fatto per quella famiglia dopo il primo lutto? Che cosa abbiamo fatto per metterci in ascolto della loro sofferenza? Manca l'ascolto. Dopo un evento suicidario, i familiari rimangono soli, isolati; gli amici e i conoscenti li incontrano per la strada e non si avvicinano, non chiedono loro "come stai?" perché temono la risposta; sperano in risposte di circostanza, perché le risposte vere coinvolgono, richiedono un impegno; non c'è la disponibilità ad accogliere davvero le risposte autentiche. La volontà e la capacità di ascoltare sono rare. Sarebbero necessari corsi di formazione su questo tema, anche per le persone che fanno parte della rete sociale di aiuto.

Poi ci sono le tracce che i suicidi lasciano. Per paura di non essere trovati o di non essere riconosciuti: i documenti vicini al corpo o in auto, sul sedile, a volte un telone per non sporcare, in un estremo pensiero rivolto a chi resta, per delicatezza, per non disturbare... Sono cammini intrisi di dolore, che a volte percorriamo a ritroso, partendo dal cadavere che ci viene segnalato da qualcuno: gli scontrini degli acquisti degli strumenti con cui si sono uccisi, per esempio...

Tra le varie situazioni di sofferenza e disagio che affrontiamo tutti i giorni, il suicidio è quello che lascia più l'amaro in bocca. Perché mi chiedo: come abbiamo potuto essere così ciechi, miopi, disattenti? Eppure, l'attenzione della comunità, risvegliata bruscamente da questi eventi, rimane desta per una settimana, dieci giorni. Poi, torna ad assopirsi nella routine.

--

Il Carabiniere ci porta un'esperienza preziosa e ricca di spunti soprattutto grazie alla sua riflessione profonda e coinvolta. L'analisi razionale delle situazioni non è affatto priva di partecipazione emotiva ed è percorsa, in ogni articolazione, da un palpabile senso di responsabilità. Il Carabiniere non si sottrae ad alcuna chiamata in causa per costruire interventi di prevenzione, anzi li invoca, li intende stimolare direttamente e attivamente.

Gli episodi ripercorsi danno conto della varietà di situazioni, ciascuna riconosciuta e rispettata nella sua irripetibile singolarità. Forse questo testo stupirà qualche lettore abituato a identificare le forze dell'ordine con le regole, la rigidità, il potere sanzionatorio lontano dalle dimensioni più dolenti dell'essere umano. Non stupirà chi invece concepisce il corpo sociale come rete reale, in cui i Carabinieri possono davvero giocare un ruolo di sostegno e riferimento.

E si riesce a riconoscerlo. Le risorse ci sono, non va dimenticato. Neppure nei momenti di disperazione e di lacerante solitudine.

Nella notte oscura  
mi sembra di vedere la prima neve.  
Ho male alla nuca.

*La mamma dell'amica dell'adolescente suicida scrive ancora.*

Una notte fatta di incubi, di poco riposo. Se fossi stata io al posto di quei poveri genitori??? La notte è troppo scura spaventa, le ore non passano ma nello stesso tempo il domani arriva troppo presto, come si può andare ad un funerale di una bimba così piccola?? Ci hanno dato un ricordino. Un immagine di ..., Un viso sereno senza pensieri ma che di pensieri in realtà ne aveva molti. Sembrava avere una forza infinita ma quanto quello che vogliamo apparire è diverso da quello che siamo davvero?? Spero solo che un amico vero lo abbia avuto, anche solo per dire che lei era diversa da quello che sembrava, spero che qualcuno le sia riuscito a dare un po' di colore nell'anima. Poi inizio a riflettere di lei non conoscevo nulla, il suo colore preferito, cosa amava fare e valuto quanto poco so delle mie ragazze, solo quello che vogliono farmi sapere, ma dentro?? Esiste il mondo numero 2 quello intimo, quello che non si vuole far conoscere a nessuno, quello che ti frega.

Il meccanismo di rispecchiamento e identificazione fra la madre e i genitori della ragazza suicida è fonte di una vicinanza emotiva che tormenta: inevitabile l'identificazione con il ruolo genitoriale e, nello stesso tempo, inevitabile il dubbio sulla differenza tra come le cose sono e come sembrano.

Similmente tormenta immaginare la ragazza sola, inchiodata, agli occhi degli altri, a una rappresentazione non autentica, impossibilitata a raccontarsi nella sua verità. Si coglie tenerezza nelle parole di questa madre: una tenerezza che la fa quasi essere una sua coetanea, suscitando in lei una sorta di "curiosità buona" per la sua persona: chi sapeva chi era davvero ...?

Chi si pone questo interrogativo sulle persone che frequenta, che

crede o sostiene di conoscere? E soprattutto, quali sono le dinamiche di nascondimento che fanno sì che le persone si rendano volontariamente opache allo sguardo dell'altro?

Ecco la prima neve: posso avere l'impressione di scorgerla, di coglierne l'abbagliante presenza su di uno sfondo cupo e nero; ma è difficile averne la certezza: ogni visione è soggetta a dubbio. Soprattutto quella che ha luogo in condizioni di sofferenza, smarrimento, fragilità. Ecco allora il valore della condivisione, che chiarifica, dipana, rivela.

## *Il padre di un'adolescente suicida.*

Tutte le notti continuo a fare dei sogni, lei non è morta, è solo andata via, la ritroviamo, per fortuna...

L'indelicatezza delle persone... Alcuni hanno messo in giro voci su di me; una persona una volta mi ha detto che di lui si diceva che era un ubriacone che si era giocato tutto al casinò; me lo ha raccontato e mi ha detto: "figurati che cosa dicono di te, con quello che ti è capitato". Così ho saputo che un altro ha detto: "Lo conosco il papà di quella ragazza: si è ammazzata perché la violentava". C'è gente che fa queste cose davvero e le figlie non si ammazzano, e mia figlia che io non ho mai toccato con un dito... Ma all'inizio non avevo capito... Poi ho detto: "lascia stare...". E poi vedere persone che conosci da 20-30 anni, ti passano davanti e non ti salutano neanche... Capisco non fare domande, entrare nel discorso, per delicatezza, ma almeno un "ciao"... Finisci per pensare che magari hanno sentito queste voci e per questo non ti salutano più... Fino a ieri ti salutavano...

A chi fa questi gesti qua, dico che vorrei si rendessero conto che tu stai male però hai la possibilità di essere aiutato, mentre se fai un gesto del genere lasci le persone che restano nel tuo stesso dolore, ma peggiore, perché loro non potranno mai essere aiutati.

--

Le parole del padre esprimono un dolore vivissimo, un'emozione difficile da comporre in un percorso di elaborazione: i sogni, a distanza di circa due anni, contengono forme di disperata speranza ("la prima neve") e parlano di una sorta di attesa surreale.

Lo stigma sociale è palpabile e ferisce: il pettegolezzo, le fantasie arrivano al diretto interessato attraverso una sorta di passaparola quasi casuale, come se a nessuno importassero né il contenuto di verità delle "storie" che circolano né tantomeno il loro effetto su un padre che ha perso la figlia per suicidio. La noia, la curiosità, il desiderio di costruire falsità "ghiotte" che possano far apparire "ben informati": questi sembrano i moventi delle persone senza volto e

senza cuore che circondano questa famiglia straziata. E il padre, pur rifiutando di addentrarsi in discorsi che non lo interessano, si trova a interrogarsi sull'eventualità che qualcuno possa credere a quelle follie e decida addirittura di negargli il saluto, condannandolo a una sorta di pena (l'isolamento e il disprezzo) senza processo, senza confronto. Il dolore si aggiunge al dolore, sotto forma di disagio, come se da vittima il padre sia passato al ruolo di colpevole, sulla base di chiacchiere e maldicenze. Anche per questo diventa difficile pensare di poter ricevere un aiuto: da qui, una sorta di disperato appello a chi desidera suicidarsi, rischiando di lasciare soli i propri cari. Un contesto sociale così crudelmente giudicante rischia di non far cogliere a chi vive il lutto da suicidio le risorse che invece si possono attivare in suo supporto.

*La psicologa rievoca un'altra relazione di cura  
che le è rimasta impressa nella memoria.*

Ti ho conosciuto in una calda e soleggiata giornata di luglio nel giardino del reparto.

Rispondevi gentilmente a monosillabi, solo in un'affermazione eri deciso e sicuro: nessuno saprà mai perché l'ho fatto e nemmeno lei. Ci siamo rivisti ancora in ambulatorio ma mi hai portato solo la tua fermezza nel non svelarti.

Ti ho visto qualche volta recarti al lavoro, poi prima dell'appuntamento, un articolo del giornale locale parlava di un "incidente" di cui eri stato vittima il giorno prima, nella tua baita in montagna. Come sempre noi biellesi siamo rispettosi di chi decide di togliersi la vita e lasciamo che la notizia emerga tra le righe, solo per pochi informati.

--

Una relazione resa desertica dalla decisione unilaterale e marmorea del paziente che, dopo aver tentato il suicidio, non intende spiegarne le ragioni neanche alla persona che si rende disponibile ad aiutarlo. Che gli si rivolge proprio a tale scopo. La psicologa si ritrova sofferente (forse anche insofferente, ma comunque nella compostezza che non sappiamo se suggerita dal suo ruolo professionale o dalla sua indole) nel vuoto che le viene offerto: il paziente è perentorio nella sua chiusura, nella scelta di non spiegarsi. Il "male alla nuca" della traccia è forse il dolore contratto di chi si è sentito escluso da una dimensione in cui si sarebbe potuto cercare un appiglio per un percorso di uscita. Forse la psicologa ci parla della frustrazione che monosillabi gentili generano nel loro reale significato: "non dirò niente". "Non rilascio dichiarazioni". L'ultimo passo contiene una nota sarcastica per noi interessante: ci racconta di una cultura di male inteso "rispetto", che in realtà è indifferenza, pettegolezzo sbocconcellato in mezze parole e allusioni, fra "detto e non detto", nel contesto di una generale difficoltà culturale a chiamare le cose con il loro nome e ad affrontare le sofferenze tangibili che le persone vivono accanto a noi in quanto tali e non come episodi di fiction televisive.

*Una psicologa racconta un incontro avvenuto  
all'inizio della sua attività professionale.*

Riporto la mia esperienza con il suicidio tramite gli occhi e il vissuto di una mamma. Appena iniziato a lavorare in psichiatria ho conosciuto X, una ragazza giovane ma i colleghi mi dicevano molto disturbata, passava il tempo a leggere giornali locali e a fumare. Viveva a casa con la mamma e la nonna che ogni giorno venendola a prendere chiedevano com'era andata la giornata, cosa aveva fatto X. A un certo punto ho iniziato a pensare che tutti i parenti facessero come loro, che fosse "normale" chiedere, un po' come i genitori che vanno a prendere i bambini a scuola. Dopo dieci giorni dal mio inizio lavorativo ha telefonato la mamma di X per avvisare che la figlia non sarebbe venuta all'appuntamento, mi dice che va peggio del solito. Una settimana dopo, ho letto l'articolo che raccontava dell'improvvisa morte di una giovane donna, X, si era buttata giù da un ponte... arrivo al lavoro e mi confermano che X è la nostra X... non so spiegare cosa ho provato, un misto tra amarezza e dispiacere, tra pena e fatica.

La madre dopo qualche giorno passa dal luogo in cui X aveva partecipato ad un'attività e la donna voleva i materiali prodotti dalla figlia. Mi racconta tra le lacrime che è incredula, non pensava che la figlia sarebbe arrivata a tanto, sapeva che stava male e che era difficile che guarisse ma pensava che starle vicino l'avrebbe fatta sentire meno sola...era ammalata di solitudine mi dice. Non ha lasciato nemmeno due righe, la madre si aspettava una spiegazione, forse delle frasi di perdono, anche un ringraziamento. X aveva anche tagliato tutte le foto in cui appariva, adesso la madre mi dice che sarà difficile trovare una per la tomba. Era un fiume di parole, apriva mille discorsi e non riusciva a chiuderne uno, giustamente faceva fatica a chiudere. Dopo aver raccolto i prodotti della figlia mi saluta dicendomi che sarebbe ripassata...non l'ho più vista e io non l'ho cercata.

--

In una forma solo apparentemente cronachistica, la professionista

della cura ricostruisce in breve la relazione con una ragazza in difficoltà, la sua interruzione violenta e subita, il contatto con la madre della ragazza e una nuova, brusca interruzione di quel potenziale dialogo. La suicida rimane sullo sfondo, con i suoi comportamenti forse banali; resta senza fisionomia, senza una vera caratterizzazione. La narrazione, nella sua fissità, trasmette la sensazione di un "dispiacere" un po' stupito, come se gli eventi fossero arrivati a colpire la psicologa non solo senza preavviso ma anche senza riuscire a far maturare in lei un vero e proprio significato.

Il "non cercarsi" fra mamma e psicologa dopo l'evento suicidario risulta allora una conseguenza naturale, in qualche maniera logica: non ci sarebbe stata una motivazione precisa e non si è innescato, in quel momento di dolore e confusione, il desiderio di rivedersi. La mamma certamente avrebbe potuto trarre beneficio da un dialogo, forse da un supporto anche strutturato; magari ha proseguito su questa via, magari no, non ci è dato di saperlo.

Alla psicologa che aveva conosciuto la figlia sembra rimanere l'amarezza, simile a quella che immagina sia stata provata dalla madre, abbandonata e rimasta senza perdono e senza "grazie". Il silenzio in cui la madre è costretta a restare per la scelta della figlia contrasta con il "fiume di parole" che la madre stessa emette: la psicologa ne rileva l'incongruità e si sente di giustificarla. Forse in questa lettura prevale lo sguardo professionale un po' acerbo di quel momento.

L'accento alla "fatica", per esempio, sembra riferito dalla psicologa alla propria, a quella di una neofita che si confronta con un evento sconvolgente, sebbene coinvolgente una persona non sua assistita diretta e per la quale non ha parole di empatia particolare. Il suicidio comunque disorienta e spesso raggela.

*Un'altra psicologa, libera professionista, racconta di una relazione amicale, fuori dal contesto professionale.*

È la neve che ti ispirava, dicevi che tutto era ovattato e silenzioso. Ci piaceva tanti anni fa camminare alla sera d'inverno nelle strade coi cubetti e al mattino c'era sempre il messaggio di quanto ci piaceva quel cielo azzurro, limpido e profumato di pulito.

In un attimo abbiamo perso tutto, forse cambiato tutto, siamo cresciuti e abbiamo guardato altrove. Rimane poco, i ricordi della neve.

--

Le parole del professionista della cura tratteggiano un ricordo che sembra colorato di affetto e nostalgia: un'istantanea immobile, in una micronarrazione statica, che suona tra il rassegnato e il pacificato. Chi scrive accomuna la propria condizione a quella dell'altro, che si presume sia la persona suicida alla quale si rivolge oppure un comune amico. Molto il non detto, scarse le coordinate, che comunque consentono di collocare l'evento in un passato piuttosto remoto. Il rammarico è tangibile, amaro.

"In un attimo" suggerisce l'improvviso stravolgimento della situazione che deriva da un suicidio, contrario a ogni gradualità che si vorrebbe insita nei cambiamenti; "tutto", "tutto", "poco" evocano la potenza dirompente dell'evento, che sembra essere intervenuto come un sisma, come un'esplosione in una landa innevata e silenziosa. Muta.

*Scrivo un volontario della Croce Rossa Italiana,  
Sezione di Biella, in servizio da 12 anni circa.*

Ti sbagliavi

Una radio, una vecchia canzone .....

“Voglio pensare che ancora mi ascolti e che come allora sorridi” (\*)

Ti sbagliavi quando pensavi di essere solo,  
Ti sbagliavi quando pensavi che i Tuoi problemi  
fossero senza soluzione,  
Ti sbagliavi quando pensavi che quella  
fosse l'unica via d'uscita.

Ti sbagliavi perché rabbia e sofferenza  
danno solo cattivi consigli,  
Ti sbagliavi perché la Tua vista annebbiata  
era incapace di vedere il Tuo futuro,  
Ti sbagliavi perché avevi paura del giudizio degli altri,  
degli altri chi ? per cosa poi ?

Non so.

Non so se è rabbia, dolore, risentimento, rimorso o cos'altro ancora  
che agita le viscere che mi si ingarbugliano dentro.

Ma so.

So con certezza che NON SEI MORTO,  
nessuno muore mai totalmente e definitivamente.  
So con certezza che la VITA ha la forza per superare  
qualunque avversità individuale o collettiva:  
guerre, carestie, epidemie, malattie, naufragi affettivi,  
crisi morali, fallimenti economici, perdita di persone care,  
qualunque cosa.

So con certezza che la VITA va avanti,  
che dentro la VITA che va avanti, in qualche modo,

ci sei ancora e per sempre Tu.

Tu che se potessi ora saresti qui  
a stringerci tutti in un abbraccio .....

..... e dal Tuo pianto liberatorio e catartico  
sboccia d'incanto un fiore meraviglioso:

..... questo bacio .....

--

Chi scrive, cogliendo uno spunto contenuto in una canzone di Guccini che racconta della morte di un'amica in un incidente stradale, ha voluto esporre in forma quasi poetica le sue riflessioni sul suicidio, immaginando un destinatario e sviluppando un dialogo intriso di speranza e fiducia.

Nel testo compaiono varie tematiche tipiche del pensiero comune sull'argomento: il suicidio come "falsa soluzione" che viene concepita in una situazione di assenza di speranza; il suicidio come gesto che nasce da un impulso emotivo; il suicidio come reazione alla sensazione di essere giudicato dagli altri e non compreso; la fiducia nella "VITA" che, in una sorta di visione panica, si afferma vincitrice su ogni evento e consente anche ai morti di permanere.

Se la visione complessiva s'inserisce coerentemente nel percorso motivazionale di un volontario di esperienza, da una dozzina d'anni al servizio di quella che chiama e sente "VITA", i versi che forse più possono interessare nella nostra prospettiva sono quelli che esprimono la sua umanità "nuda" di fronte alla tragedia: il suo non saper definire i sentimenti e le emozioni che lo scuotono, il suo ipotizzare coloriture diverse, il suo ammettere la violenta confusione interiore ci dicono del suo autentico coinvolgimento e della profondità della sua riflessione, che si spinge oltre l'apparente urgenza di giudizio emersa reiteratamente nei versi precedenti ("Ti sbagliavi").

*Scrive una volontaria della Croce Rossa Italiana,  
Sezione di Biella, in servizio da circa 5 anni.*

Soffio di vita

L'ho conosciuta e mi è piaciuta subito. Con quegli occhi grandi e il sorriso sempre pronto. Era sorridente sì, ma traspariva un senso di inquietudine.

Che sofferenza profonda sta dietro a chi lo progetta, ma è impossibile per me comprendere come ci si senta quando lo si mette in atto. Come ci si sente? Una farfalla imprigionata in un retino, un passerotto bagnato chiuso in gabbia, un leone nello spazio ristretto di uno zoo, o una coccinella finita Per sbaglio nell'acqua che sta annegando...

Mio cugino si è tolto la vita, ma io ero piccola e non ricordo quasi niente; la moglie giovanissima di un altro mio cugino l'ha fatto ma forse è stato un incidente; il fidanzato di una che conoscevo; il marito di una compagna di scuola... sono già troppi... Due mie amiche mi hanno confessato di averlo progettato. In Croce Rossa mi è solo capitato di assistere persone che minacciavano di farlo.

Sono rimasta per ore scioccata quando, di ritorno dal lavoro, in auto, in coda su quel ponte, ho visto l'elicottero che cercava.....

È difficile nominarlo e anche scrivere quella parola per me.

Non sono una "survivor" ma ogni volta che sento la notizia, mi addolora pensare che lei/lui non ha saputo chiedere aiuto o, peggio, l'ha chiesto ma non è stato ascoltato.

Personalmente credo che la vita sia un dono prezioso e non vada sprecato mai. Ma non posso e non voglio giudicare chi lo fa. Persone veramente sole, che hanno perso tutto e non vedono una soluzione... bisognerebbe mettersi nei loro panni per poter capire.

E poi c'è lei..

Lei è arrivata fino a lì, a quel ponte, ma le persone che le stavano accanto l'hanno intuito, anche se solo all'ultimo momento, e le forze dell'ordine l'hanno salvata. È un miracolo secondo me.

Non la conoscevo ancora in quei duri momenti della sua vita.

Ripensando alle sue parole mi commuovo ed ho ancora i brividi.

L'ho conosciuta dopo, e sono molto fiera di essere una sua amica; lei è un angelo qui sulla terra, per questo qualcuno lassù l'ha salvata. Ora è sorridente, solare e piena di vita. Aiuta gli altri tutti i giorni con il suo lavoro.

Per tante storie dolorose, sconvolgenti e amare, io porto una storia a lieto fine.

Lei ha toccato il fondo ma è risalita nella maniera più splendida possibile, ha trovato la forza di vivere e donare conforto al prossimo. Una vita davvero vissuta. Con coraggio, giorno dopo giorno.

Ti voglio bene amica mia.

--

La testimonianza di questa donna racchiude una serie di elementi che la rendono in qualche misura emblematica. Il racconto si sviluppa a prescindere dalle tracce proposte, come a rispondere a una richiesta di riflessione complessiva sul tema "il suicidio nella tua vita". La ricognizione che la donna compie, infatti, ha un respiro ampio e abbraccia varie presenze e incontri. Si tratta peraltro di un'esperienza che, indirettamente, a vari gradi di vicinanza, in più occasioni ha attraversato la sua vita: parenti, amici, contesto di volontariato, una scena (non esplicita) incontrata per strada. Una situazione peraltro comune, anche quando non consapevole o non fatta oggetto di riflessione approfondita: la rete di persone toccate a vario titolo dal fenomeno, nel corso degli anni, è molto ampia e articolata; se si considera anche l'esposizione a notizie e immagini in merito, è facile comprendere come nessuno ne sia esente e come quindi risulti importante sviluppare una sensibilità rispettosa (nel senso etimologico del termine) e partecipante sul tema.

La riflessione della volontaria prende le mosse dallo sforzo che chi scrive compie per entrare empaticamente in contatto con chi si toglie la vita. Attraverso immagini a sfondo naturalistico, la donna ipotizza la condizione di chi si suicida, accostandosi con umiltà a quella condizione psichica, dichiarando i suoi limiti. Limiti che si esprimono

anche nella difficoltà a utilizzare il termine stesso di "suicidio". Consapevolezza dei propri limiti, umani limiti, ed equilibrio, potremmo dire, che la portano a non assumere una posizione giudicante: le sue ipotesi interpretative sono consapevolmente tali e non pretendono di trovare risposte, né tantomeno soluzioni.

L'amica di cui la donna sceglie di raccontarci diviene un esempio di speranza: dopo un tentativo di suicidio, non concluso per un intervento delle Forze dell'Ordine che la donna qualifica come "miracoloso", l'amica ha ripreso il controllo della sua vita con energia e pare aver sviluppato forme di aiuto nei confronti degli altri, forse anche come reazione alla crisi vissuta e superata.

La chiusura del racconto, con una aperta e semplice dichiarazione di affetto rivolta dalla scrivente all'amica, contiene forse la cifra essenziale del nostro lavoro: sembra infatti individuare nell'amore, inteso come vicinanza, prossimità a chi si trova in un momento critico a chi ne è uscito e può conservare delle fragilità, la condizione primaria per un ascolto che si possa tradurre in concreto ed efficace aiuto nell'ambito delle relazioni familiari, amicali, professionali e umane in senso lato, a prescindere dai ruoli formali.

## POSTFAZIONE

Vincenzo Lerro\*

Non ci sono tante possibilità. Solo due, secondo me. Come davanti a un bivio. O vai da una parte o vai dall'altra, ma non puoi stare fermo in mezzo alla strada. Intralci, rallenti, ostruisci il passaggio. In fondo, che sarà mai?, devi, semplicemente, fare una scelta.

A volte, nella vita, devi "solo" scegliere da che parte andare, altre volte, da che parte stare. E non è detto che una scelta sia più facile o scontata dell'altra.

O volti la testa e fai finta che non sia successo niente, nascondendo la polvere sotto il tappeto, o prendi in mano la situazione e cerchi di fare qualcosa. Anche se ti rendi conto che sarà durissima, perché il problema è più grande di te. E allora, non hai nemmeno fatto in tempo a realizzare quel tuo buon proposito, che nella tua testa balena una domanda. Pressante, cogente, assolutamente logica: "Ma chi me lo fa fare?"

Domanda oziosa, perché la risposta tu ce l'hai già. Non sei uno di quelli che ce la fanno. Di quelli che riescono a girare la testa dall'altra parte, di quelli che abbassano lo sguardo e, nell'imbarazzo, lo parcheggiano sulla punta delle proprio scarpe, in attesa di qualcosa, o di qualcuno.

Nel mio caso, c'è stato un momento preciso. Un momento in cui quella domanda si è frantumata, letteralmente sbriciolata sotto il peso di una responsabilità che ho avvertito in tutta la sua urgenza. Prima come uomo, poi come cittadino e infine, ma soprattutto, come padre. C'è stato un momento in cui, semplicemente, mi sono detto: "Basta. Adesso bisogna fare qualcosa".

Capita che un giorno tu sia al volante della tua utilitaria, e che passi su un ponte, tristemente noto dalle tue parti. C'è la coda, sul ponte. Le auto avanzano a passo d'uomo. In fondo, dall'altro lato del viadotto, intravedi i colori e i lampeggianti di un'ambulanza del 118. C'è anche una "gazzella"

dei Carabinieri. Speri che sia "solo" un incidente, il cuore comincia a battere più forte. Poi, piano piano, il serpentone di veicoli procede. E tu sei ancora lì, a sperare che non sia successo nulla di grave. Ma ad un certo punto, sulla balaustra del ponte, vedi, ben piegata, una giacca e, appena accanto, un telefonino.

BUIO.

Da lì non si torna indietro. Allora prendi il tuo, di telefonino, e cerchi sui giornali online della zona qualche informazione. Col cuore in gola e le tempie che martellano.

E... sì, ce ne sono, di notizie.

Brutte.

Pessime.

Questa volta è una ragazzina di soli 15 anni.

Ha deciso di volare via.

Da lì non si torna indietro. Perché al posto di quella ragazzina avrebbe potuto esserci mia figlia. Poco più giovane di lei. Perché a 15 anni non può essere così facile scavalcare una balaustra, troppo bassa, e lasciarsi cadere nel vuoto.

In fondo, nasce da lì, da quel preciso momento, l'Associazione di promozione sociale "Barriere per la Vita". Da lì nasce l'esigenza di iniziare a parlare di suicidio per cercare di scardinare il pregiudizio, per cercare di debellare come una malattia quel maledetto stigma sociale che marchia a fuoco, senza possibilità di appello, vittime e sopravvissuti.

Questo libro vuole essere, semplicemente, un altro modo, un altro codice, per parlare e far parlare di suicidio. Meglio, di contrasto al suicidio. Perché in questo noi crediamo fermamente.

Siamo convinti che si possa, e si debba, fare qualcosa. Che si possa, e si debba, far sentire forte e chiara la voce di chi non c'è più. Ma anche, come nel caso di questo testo, di chi c'è ancora e porta sulle spalle, tutti i santi giorni, il peso di un lutto e del silenzio di chi, per i più svariati motivi, si è, semplicemente, voltato dall'altra parte.

---

\*Editore e giornalista, presidente dell'Associazione "Barriere per la Vita".

## RINGRAZIAMENTI

Le curatrici di questo volume rivolgono la loro gratitudine al Professor Maurizio Pompili, alla Direzione Provinciale di Biella dell'Arma dei Carabinieri, nella persona del Tenente Colonnello Igor Infante, alla Sezione di Biella della Croce Rossa Italiana e a tutti i "sopravvissuti" che hanno offerto la loro testimonianza, perché con grande fatica hanno deciso di condividere la loro esperienza e la loro sofferenza.

Un sentito ringraziamento va, inoltre, a chi vorrà leggere e diffondere queste pagine per una nuova cultura dell'ascolto e della cura rispetto agli eventi suicidari e alle persone che, a vario titolo, ne sono coinvolti.

Finito di stampare nel mese di maggio 2018  
per conto di Lineadaria Editore  
presso Tipografia Graphot - Torino