

PER SOTTRAZIONE

Di Agnese Iotti e Sara Gandolfi

Mi hanno insegnato prima cosa non dovevo essere. Non debole. Non una persona che si lamenta, che piange davanti agli altri. Non come lo zio Franco, che aveva perso il lavoro e passava i pomeriggi al bar fissando il bicchiere vuoto, o come Marco, che in terza media scoppiò a piangere davanti ai compagni per un brutto voto. Io guardavo, prendevo nota, e capivo subito che quella non era la strada. Ogni singolo gesto, ogni parola fuori posto, ogni sguardo perso sembrava gridare: non essere così. Così ho cominciato da lì: da tutto quello che dovevo evitare.

Ho costruito me stesso come si costruisce un muro: strato dopo strato, chiudendo ogni fessura, coprendo ogni crepa. Non c'era spazio per il vuoto, né per le emozioni che non sapessi controllare. Ogni volta che sentivo una sensazione che non potevo spiegare, la respingevo, la nascondevo sotto uno strato di rigidità e questo muro, iniziato da quelle osservazioni infantili, cresceva con me, proteggendomi ma anche isolandomi, come se ogni rifiuto di vulnerabilità fosse un mattone che mi allontanava dal mondo reale.

A casa i gesti parlavano chiaro. Mia madre, quando tornava stanca dal lavoro, mi posava una mano sulla spalla e sospirava: «Ora sei tu l'uomo di casa». Avevo tredici anni e annuivo, serio, senza capire fino in fondo cosa significasse. Sapevo solo cosa non dovevo fare: pesare, disturbare, sbagliare. E così mi muovevo tra le stanze, come se ogni passo dovesse essere calibrato, ogni parola controllata, ogni respiro misurato. Quel ruolo precoce di "uomo di casa" mi preparò alla vita adulta, dove la responsabilità diventava un'altra armatura, ma anche una prigione che mi impediva di esplorare chi fossi davvero.

Mio padre parlava poco. Quando c'era, bastava il modo in cui si sedeva a tavola: diritto, silenzioso, perfetto nel suo ruolo per insegnarmi tutto quello che serviva sapere. Di lui dicevano: «È un uomo vero». Io lo osservavo e copiavo: le spalle larghe, lo sguardo fermo, il modo di bere l'acqua, il silenzio tra le parole. Crescere significava diventare così: chiuso, solido, inattaccabile. E io volevo esserlo.

A scuola imparai presto che chi mostrava troppo diventava un bersaglio. Una parola sbagliata, una risata fuori posto, ed eri marchiato per sempre. A scuola capii che ogni forma di debolezza o di emotività esponeva al disprezzo dei coetanei; così, in silenzio, giurai a me stesso che non avrei mai permesso a nessuno di vedermi fragile. Controllai le espressioni, il tono di voce, fino a imparare a prevedere ogni reazione. L'errore non era permesso, la vulnerabilità era un lusso che non potevo concedermi.

Alle medie mi presero nella squadra di calcio, anche se non presentavo una evidente predisposizione e, sinceramente, neanche mi piaceva. Non volevo deludere. Correvo finché avevo fiato, anche quando mi girava la testa e le gambe sembravano cedere. L'allenatore mi diceva: «Così si fa, stringi i denti». Tornavo a casa stanco ma soddisfatto: avevo resistito. Avevo fatto quello che si doveva fare. Quel campo di calcio era il mio primo banco di prova, dove imparavo che la fatica fisica era un modo per dimostrare forza, collegandosi alle lezioni di mio padre e alle storie di uomini che combattevano contro il mondo.

Mi innamorai per la prima volta di una ragazza con cui in realtà non parlavo molto. «A cosa stai pensando?» diceva. Io scrollavo le spalle: «A niente». Una volta mi disse che con me si

sentiva sola anche quando eravamo insieme. Non capii. Pensavo che bastasse esserci, non dare problemi, non esternare preoccupazioni. Quando se ne andò, dissi a tutti che non mi importava. Ci credetti quasi. Quel primo amore fallito mi insegnò che le emozioni erano rischiose, rafforzando il muro che avevo costruito, ma anche seminando il dubbio che forse c'era di più nella vita di un uomo.

Al lavoro capitò di dimenticare un documento importante. Il capo mi guardò storto e disse: «Devi stare più attento». Mi sentii vulnerabile, ma sospirai e risolsi il problema senza far vedere il panico. Fu uno dei primi momenti in cui compresi che anche piccoli errori contano e definiscono l'uomo, se li lascia entrare. La paura era dentro di me, un ospite invisibile che mi insegnava più di chiunque altro. Quel panico al lavoro ora, anni dopo, si intrecciava con la notizia della gravidanza di mia moglie.

A volte, la sera, resto sveglio nel buio. Cerco di sentire qualcosa di preciso: rabbia, gioia, paura. Qualcosa che mi dica che sono vivo. Ma è tutto lontano, ovattato, come se arrivasse da un'altra stanza. Allora mi giro dall'altra parte e dormo. Anche questo ho imparato: non insistere. Ma la trama della mia vita, quella che non ho mai raccontato, iniziò a incrinarsi quando mia moglie rimase incinta. Non lo dissi a nessuno, ma dentro di me cresceva un'ansia silenziosa, collegata a tutte le paure accumulate: cosa avrei insegnato a mio figlio? Le stesse lezioni che avevo ricevuto: non essere debole, non piangere, non mostrare paura. Una sera, litigai con mia moglie. «Sei sempre così distante», mi disse, la voce tremante mentre sparecchiava la tavola. «Parla con me! Dimmi cosa provi davvero.» Io rimasi zitto, le spalle dritte, come mio padre a tavola. «Sto bene», risposi, ma la mia voce suonò vuota, come un'eco delle risposte automatiche che davo da anni. Lei mi guardò con gli occhi pieni di frustrazione. «Non è vero. Sei come un muro. Non ti fai mai toccare.» Quelle parole mi colpirono come un pugno, ricordandomi il compagno che piangeva a scuola e la ragazza che se n'era andata. Per la prima volta, sentii una crepa nel mio muro. Non ero più solo spettatore della mia vita; ero il protagonista di una storia che non controllavo più, e quella lite era il primo segno che il controllo stava sfuggendo.

Oggi sono seduto in una sala d'attesa. Sedie di plastica dura. Un muro verde chiaro. L'orologio ticchetta troppo forte. L'odore di disinfettante mi resta in gola. Guardo le mani sulle ginocchia. Sono ferme. Non tremano. Non hanno mai tremato. Ogni tanto osservo gli altri: genitori che parlano a bassa voce, persone che leggono riviste ingiallite, il suono dei passi sul pavimento lucido.

Poi la porta si apre. «Può entrare. È nato.»

Mi torna in mente un giorno di scuola. La maestra ci chiese: «Perché è importante aiutare gli altri?» Io alzai la mano. «Perché è giusto», dissi. «E perché è giusto?» Cercai la risposta. Non la trovai. Allora dissi quello che funzionava sempre: «Perché me l'ha detto la mamma. Perché me l'ha detto il papà.» La classe rimase in silenzio. Io avevo fatto la cosa giusta. Ma dentro, lo sapevo, non avevo mai imparato davvero a sentire. Solo a funzionare.

Adesso sono in piedi accanto a un letto. Un bambino minuscolo dorme. Il viso è contratto, come se stesse già facendo fatica a stare al mondo. Lo guardo. Istantaneamente mi viene da dire: Non piangere. Sii forte. Non pesare. Mi fermo. Il bambino si muove appena. Le mani mi tremano per la prima volta nella vita. Sento un brivido, e mi rendo conto che posso permettermi di essere umano, almeno per un attimo. Quel tremito, che ho sempre represso, ora è un segno di vita, collegato alla paura che mi ha guidato da bambino, ma anche a una possibilità di cambiamento.

So che presto mi guarderà e chiederà: perché. E io so fare solo una cosa: insegnare cosa non deve essere. Ma forse, per la prima volta, posso provare a insegnare cosa essere. Forse l'identità non è solo sottrazione, ma anche aggiunta, emozioni, debolezze, connessioni. Mentre lo guardo, penso a mio padre e, per un istante, immagino un futuro diverso, dove mio figlio non costruisca muri, ma ponti.