

ABBASTANZA PER ESISTERE

Di Gaia Ricchi

Il mio nome è quello che mi hanno dato i miei genitori appena sono nata, ma quel nome per molto tempo è stato come un eco lontano, qualcosa più vicino agli altri che a me stessa. Lo sentivo e mi giravo per abitudine, simile a come fanno i cani ammaestrati, ma dentro di me non sentivo niente. Come se quella chiamata non fossi realmente io, ma una qualsiasi persona con il mio stesso nome, con i capelli lisci e marroni, senza scordarci le scarpe da ginnastica rosa con gli strap perché i lacci non restano mai allacciati. Ho vissuto l'infanzia provando ad essere sufficiente. Abbastanza gentile, abbastanza educata, abbastanza costante nello studio, abbastanza tranquilla per non disturbare. Avevo compreso presto che essere troppo presenti poteva essere rischioso, poteva risultare pesante, stressante, molto spesso assillante. Era bastata una frase detta male, un'azione impulsiva per far crollare il castello che stavo costruendo sulle mie esili spalle, con le mie forze. Le offese non arrivavano sempre con azioni eclatanti; erano spesso parole, occhiate, contatti che violavano limiti di cui non sapevo ancora l'esistenza, ma di cui potevo percepirne la presenza. Seguiti da un assillante silenzio. Un silenzio che ti fa capire che in quel momento stavo smettendo di provare a volare, di sognare, che sarei rimasta per sempre attaccata a questo silenzio che ogni notte prima di andare a dormire ricomincerà a diventare molesto. Nel frattempo le stelle si spengono, cala il sipario e lo spettacolo finisce. Per molto tempo ho pensato che il difetto risiedesse in me, anzi, che io ero il difetto. Se si verificava un evento negativo era perché non ero stata sufficientemente attenta, sufficientemente sveglia. La paura di non essere sufficiente mi continuava a martellare la testa "devo prendere un voto sufficiente", "devo essere abbastanza bella", "devo essere abbastanza attenta". Non era mai un volermi migliorare, ma arrivare ad essere "abbastanza" "sufficiente" per non essere tra i peggiori ma neanche tra i migliori per non dare troppo nell'occhio. Se avessi attirato troppo l'attenzione non mi sarebbe più stato concesso un singolo e minimo errore. Questo mio malsano pensiero si poteva dedurre, forse, da alcuni atteggiamenti che avevo, ad esempio, quando a scuola non alzavo la mano se conoscevo la soluzione. Lo avevo davanti allo specchio, mentre usavo di nascosto i trucchi di mamma per coprire i primi brufoli. Lo avevo durante i pasti, dove cercavo di non mangiare troppo per non entrare nella lista di "cioccione" che ogni tanto i miei compagni di classe si divertivano a fare durante la ricreazione. Durante questo periodo scrivevo molto. Scrivevo per chiarirmi chi fossi, come se mettendo insieme una miriade di parole potessi in qualche modo raggiungere una mia versione definitiva, quella ero e quella sarei rimasta per sempre. Ma ogni foglio sembrava andare a contrasto con il precedente. Credevo che l'identità fosse un elemento stabile, tipo un edificio, ma io mi sentivo una tenda messa male, sempre prossima a cadere.

Un'estate cercai riparo nel grande albero del giardino dei nonni. Salivo lassù ogni pomeriggio, con le ginocchia sbucciate e un libro preso dalla biblioteca nello zaino. Da quell'altezza nessuno poteva raggiungermi, nessuno poteva domandarmi di cambiare. Leggevo di giovani in fuga, di corpi mutaforme, di identità spezzate e poi riformate. Credevo che per quelle poche ore, respirare fosse più semplice. Le stagioni sono volate, ma la sensazione di essere "insufficiente" restò per molto tempo. Che non meritavo le attenzioni, la stima, la calma. Accettai rapporti non equilibrati, legami in cui mi bastava essere la penombra, perché è quell'elemento che c'è sempre ma a cui nessuno

presta tanta attenzione. Ad oggi rileggendo i miei vecchi quaderni ho sentito un nuovo sentimento: la tenerezza. Ho letto di qualcuno che faceva il possibile con le poche risorse a sua disposizione, dovute alla sua età. Ho compreso che l'identità non è una scultura da rifinire alla perfezione, non siamo ai tempi di Michelangelo dove si doveva fare attenzione ad ogni vena del nostro David per farlo risultare più simile alla realtà, ma un sistema vivente che resiste, si adegua, a volte piange e si spezza. Adesso so, però, che posso cambiare senza annullarmi, ricordare senza rimanere bloccata. La mia identità è composta da crepe, da pause, da prove, da fallimenti. È una storia raccontata in prima persona che finalmente mi autorizzo a scrivere senza chiedere permesso. E forse, per la prima volta, mi è sufficiente essere in questo modo. Tuttavia esistono giorni in cui quella voce ritorna. Non grida più come in passato, ma sa essere insistente. Si presenta quando commetto un errore minimo, quando deludo involontariamente qualcuno, quando mi sembra di essere osservata. In quei frangenti il corpo risponde prima del cervello: le spalle si chiudono, il respiro si fa corto, come se cercassi ancora di occupare il minor spazio possibile. Ho capito col passare dei giorni a vedere questi segni come capitoli del mio percorso, non come condanne. Il mio corpo conserva momenti che la mia coscienza aveva cercato in tutti i modi di nascondere. Conserva l'ansia, la paralisi, l'attesa che la situazione finisse, o che in realtà fosse solo un brutto sogno per svegliarmi e andare in camera di mamma e papà dicendo "ho fatto un incubo" e poi andare a dormire in mezzo a loro. E così mi fermo un istante. Mi dico che ora mi trovo qui, che ora ho e devo avere la facoltà di decidere. Non sempre funziona all'inizio, ma basta per riuscire a rimanere ferma. Si è presentato un preciso istante nel quale ho compreso che il mio essere non poteva più basarsi solo sul resistere.

Era un pomeriggio qualunque, stavo parlando con la mia psicologa, e mi ha prestato veramente attenzione. Non mi ha corretto, non ha sminuito, non ha modificato l'argomento. Esistere era sufficiente. Da quel momento ho cominciato a coltivare un aspetto meno protettivo. Non superiore, non più resistente, soltanto più autentico. Ho smesso di domandarmi sempre quale parte interpretare. Ho accettato che alcuni aspetti di me rimarranno delicati, e che ciò non è un errore. La delicatezza non mi caratterizza del tutto, però attraversa, e io posso attraversarla a mia volta. Se considero la mia identità adesso, non la percepisco più come un confine fisso, ma come un continuo evolversi. Ci sono aree ancora fragili, percorsi che evito, e altri che sto iniziando a frequentare. Non è necessario essere "adeguati" per avere diritto di essere. Io esisto. Forse è giunto il momento di capire questo: non eliminare ciò che accadde, ma smettere di vivere come se stesse ancora succedendo. Continuare a narrare me stessa, certamente, ma senza obbligarmi a una struttura immutabile. La mia identità rimane una narrazione aperta, con parti dure e momenti di pausa. E per la prima volta, non ho urgenza di raggiungere la conclusione. E un'ultima cosa: piacere sono Luna, ho 17 anni e metà capelli verdi.