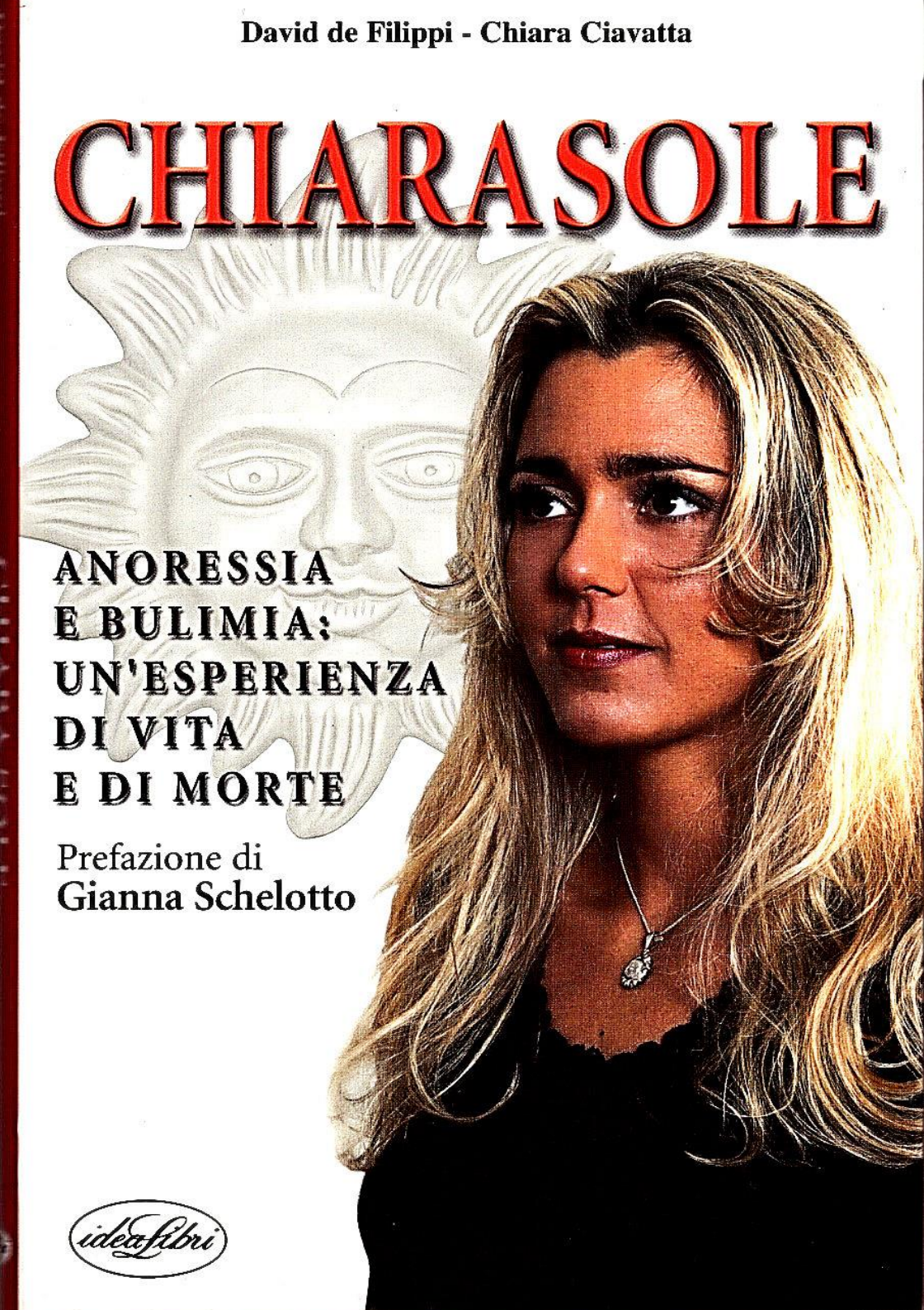


David de Filippi - Chiara Ciavatta

# CHIARA SOLE



**ANORESSIA  
E BULIMIA:  
UN'ESPERIENZA  
DI VITA  
E DI MORTE**

Prefazione di  
Gianna Schelotto

*idea libri*

# **CHIARASOLE**

## **Anoressia e Bulimia: un'esperienza di Vita e di Morte**

### **prefazione di Gianna Schelotto**

*È la storia di Chiara, narrata attraverso episodi dal tono decisamente realistico. Una lotta pietosamente spietata. QUATTORDICI anni vissuti tra anoressia, bulimia, binge eating disorder. La vicenda talvolta violenta di chi ha vissuto più di metà della propria vita contro malattie terribili, fenomeni dilaganti nella nostra società. Ma quando tutto sembra perduto e la speranza sta per cedere il passo alla definitiva disperazione, ecco giungere un finale impreveduto, caldo e abbagliante come il primo raggio di sole. Un messaggio per chi soffre, la speranza di poter guarire, la convinzione di potercela fare...*

**Una storia vera!**

## *Prefazione*

La fame si sa è rivoluzionaria. Da sempre è stata il motore importante, se non primario, di ogni sommovimento politico e sociale. Pensavamo di essercene liberati: il benessere, l'abbondanza, la modernità sembravano aver soppiantato per sempre quell'antico spettro macilento. E invece continua ad assediarcì. Ci incalza dall'esterno, dai tragici gommoni dei disperati di paesi lontani che sbarcano sulle nostre coste. Ci assedia, dall'interno, attraverso la sofferenza delle giovani donne che hanno scelto la fame per portare avanti le loro oscure rivolte. La storia di Chiara è il resoconto minuto, spietato, atroce di una di queste rivolte. In una famiglia unita e felice la predilezione della bambina per il cibo non desta allarme: nessuno sospetta che attraverso il cibo si sta insinuando in quella casa una tragedia tanto più lacerante quanto più infida e misteriosa. Nel libro è descritta molto bene la cosiddetta personalità "premorboza" dell'anoressica-bulimica: Chiara è una bambina felice, solare, amata. Ma il suo bisogno di amore, la necessità di ottenere rassicurazioni e conferme è insaziabile. Il cibo diventa un surrogato di ciò che ritiene che non ricevere, almeno non nei modi e nelle dosi che le servono. Mangiando o digiunando, senza rendersene conto, la ragazzina riporta la fame al suo originario significato rivoluzionario: capovolge i rapporti di potere: adesso è lei la più forte, lei che detiene il potere mentre gli adulti – genitori, insegnanti, terapeuti – sono smarriti, indecisi, spaventati e dipendenti dalle sue decisioni. Ma è un potere apparente e gravido di dolore per tutti. Il dramma di Chiara è il forte scollamento tra l'immagine di sé che offre al mondo esterno, e ciò che ritiene di essere veramente. Vorrebbe offrire una testimonianza e una speranza a chi ancora si dibatte nella morsa di quella fame che non sazia e non fa crescere.

**Gianna Schelotto**



### **GUIDA ALLA LETTURA:**

*la mia autobiografia l'ho scritta in anni in cui le pochissime testimonianze esistenti erano spesso a viso coperto o di persone di spalle. C'era tanta vergogna ed era in periodo pre-social, non se ne parlava tanto e soprattutto non si parlava della violenza di questa malattia, ovviamente attraverso il mio sito internet e il libro io ho voluto metterci la faccia. Quindi ho deciso di descrivere quanto sia potente da un punto di vista sintomatico senza mettere le cause che mi hanno portato ad ammalarmi (perché sono personali per ognuno) e quindi non influenzare nessuno, né l'effettivo percorso di cura finale (sempre per non influenzare nessuno perché anch'esso personale). L'intento è stato cercare di far sentire meno solo chi ne soffre e ne soffre e, nel contempo, cercare di spiegare a familiari, amici e persone vicine che non si tratta di capricci, forza di volontà, ma di drammatico dolore che si trasforma in sintomi devastanti ed estremamente violenti. Un testo volutamente romanzato al fine di non renderlo troppo tetro.*

## **SOMMARIO PER CAPITOLI**

- 1. PARLANDO DI LEI**
- 2. QUASI TRENT'ANNI FA**
- 3. QUATTORDICI ANNI**
- 4. VIAGGIO TRA I RICORDI**
- 5. CARATTERE DECISO**
- 6. PASQUA**
- 7. LE BASI DELLA MALATTIA**
- 8. UN ASSAGGIO DEL CARATTERINO**
- 9. APPARIRE**
- 10. AMICA TV**
- 11. LA CONDIZIONE DI CHIARA**
- 12. IL DIETOLOGO**
- 13. SUCCESSIVA SEDUTA**
- 14. L'INIZIO**
- 15. DIMAGRIMENTO**
- 16. ANORESSIA**
- 17. SVENIMENTO**
- 18. MINIMIZZARE**
- 19. RICORDI SORRISI**
- 20. UN PICCOLO AMORE**
- 21. LA CRESIMA**
- 22. MORTE DI NEVE**
- 23. ESPULSIONE**
- 24. ABBUFFATA – pagine di diario**
- 25. LO SVILUPPO**
- 26. LA GASTRITE**
- 27. AMENORREA**
- 28. EFFETTI COLLATERALI**
- 29. LA MALATTIA - pagine di diario -**

- 30. **BOLOGNA**
  - 31. **KASSEL**
  - 32. **IL RITO**
  - 33. **ESASPERATA VIOLENZA - Lettera alla mamma -**
  - 34. **ABUSO – VIOLENZA**
  - 35. **DICIOTTO ANNI: IL PRIMO, SBIADITO SOLE**
  - 36. **TESTA O CROCE**
  - 37. **TRA SOGNO E REALTA' -pagine di diario -**
  - 38. **CASA DI CURA pag. 243**
  - 39. **CENNO SCOLASTICO**
  - 40. **MIAMI**
  - 41. **PERUGIA – pagina di diario -**
  - 42. **LA COMUNITA'**
- ...E PER FINIRE**
- EPILOGO**

**PAROLA DI CHIARA**  
**PAROLA DI DAVID**  
**UN ACCENNO A MONDOSOLE**

***Sei sempre libero di scegliere cosa fare della tua vita. Per cambiare il tuo futuro fai una scelta oggi.***

**(Brian Tracy)**

***Quando ogni cosa è vissuta fino in fondo non c'è morte né rimpianto, e neppure una falsa primavera. Ogni orizzonte vissuto spalanca un orizzonte più grande, più vasto, dal quale non c'è scampo se non vivendo.***

**(Henry Miller)**

***Piangi, medita e vivi. Un di' lontano, quando sarai del tuo futuro in vetta, questo fiero uragano ti parrà nuvoletta.***

**(Arrigo Boito)**

***Forse l'azione non porta sempre felicità; ma non c'è felicità sensazione.***

**(Benjamin Disraeli)**

***Ogni problema contiene in sé il seme della sua soluzione.***

**(Brian Tracy)**

***È poco importante la realtà oggettiva dei fatti se il proprio modo di sentire ha un proprio modo di interpretarla.***

***Ognuno ha una sua originale sensibilità.***

**(ChiaraSole Ciavatta)**

## 1) PARLANDO DI LEI

Davvero non lo si direbbe, guardandola adesso.

Eccola lì, con il suo manto biondo di capelli ad adornarle le spalle, mentre litiga con lo specchio nell'eterna lotta femminile con un filo di trucco, quasi impercettibile.

È da molto che la conosco.

Da sempre, direi...

Un'immagine da incorniciare quella che ho davanti.

Chiara.

Chiara, con una maglia nera piena di lustrini ed una cintura dorata in vita; pantaloni neri, scarpe col tacco.

Chiara da sera.

Chiara che osserva e si osserva mentre vive circondata da mobili antichi ed eleganti, tra lampadari in stile ottocentesco, e oggetti che esprimono completamente tutta la loro bellezza.

C'è aria di pace, aria serena attorno a lei, mentre conduce abilmente la matita che disegna il profilo della sua bocca.

Un raggio di sole entra dalla finestra sulla piazza di fronte a casa e la raggiunge come a volerla accarezzare, quasi a volerle dire che è perfetta così, senza troppi orpelli.

E lei, quasi ad ascoltare il consiglio del suo amico sole, adesso si piace.

Ripone i trucchi ed esce dal bagno con passo fermo e deciso, ondeggiando con la semplicità di bambina e con la malizia di donna.

Chiara ha ventisette anni.

Ventisette anni che hanno molto da raccontare.

Ventisette anni che hanno significato più di mille vissuti comunemente.

Chiara.



Adesso sorrido nel guardarla e sono talmente fiera di lei che a volte mi commuovo anche semplicemente standola ad osservare. Certa gente, scetticamente, sostiene l'inesistenza dei miracoli solo perché è più facile credere a ciò che si vede.

Ma lei è la prova che realizzare ciò che ci sembra impossibile, a volte è fattibile.

Chiara ha guardato in faccia la Morte.

La Morte ha sogghignato. E aveva praticamente alzato le braccia in segno di vittoria.

Ma l'Arbitro, quello Supremo, non aveva ancora fischiato la fine dell'incontro.

Da sportiva quale sono, vi dò un consiglio: non abbandonate mai lo stadio prima che la gara sia finita. Potreste perdervi il bello, la parte più emozionante; quella in cui chi stava perdendo tutto, compresa la propria esistenza, riesce a ribaltare le sorti dell'incontro, e a chiudere in vantaggio.

*Chiara ha guardato in faccia la Morte.*

E le ha detto che non ci stava.

La Morte incredula ha continuato a lottare, a gettare ombre e tenebre su di lei, senza tener presuntuosamente conto che Chiara fosse in grado di lasciar uscire dal suo cuore quel raggio di sole in grado di cancellare l'oscurità. Di *annientare* l'oscurità.

La Morte ha osservato Chiara.

Chiara ha osservato la Morte; e sul finire dell'incontro, l'ha battuta.

Stracciata!

Sono in pochi quelli che possono dire di aver fatto questo, al mondo: essere in vantaggio sulla Morte.

Siamo mortali, certo, e un domani la Morte tornerà a domandare ciò che è suo, ma per il momento, finché non giungerà la vecchiaia, Chiara può dire di aver ottenuto il suo vantaggio.

## 2) QUASI TRENT'ANNI FA

Sta preparandosi ad uscire per una cena a casa di amici, ed è bello vederla felice, oggi.

Un sabato sera come quello di tanti ragazzi.

Chissà cosa pensava la bambina che era, quando sognava ciò che sarebbe stata a ventisette anni. Donna manager? Dirigente? Insegnante? Cantante? Forse...

Adesso, lasciandomi andare al fiume di ricordi che m'invadono, non vedo che una bambina dai ricci castani, dalla faccia sbarazzina, che armeggia con i regali di un Natale indefinito.

È lì, Chiara, seduta sotto un albero colorato dalle dimensioni enormi, tutto adornato di blu, rosso e oro, ed emerge dalla foresta di pacchi e doni.

Luca, suo fratello maggiore, è già corso in camera sua con i nuovi giochi e il momento adesso è tutto per lei.

I suoi genitori la guardano sorridenti dal divano dell'ampio salone che li sta ospitando, quasi frementi quanto lei nel vedere le espressioni che farà nello scoprire la generosità di Babbo Natale.

C'è calore, in quella casa. Un calore trasmesso non dal camino, non dalla luce che viene diffusa dalle illuminazioni; un calore umano, calore di vita, calore di amore.

A guardare Chiara oggi, e a ricordare quelle immagini, davvero non si potrebbe immaginare l'inferno terreno che ha vissuto quella famiglia.

Che ha vissuto Chiara.

Stralci di tempo colorati, a preludio ed epilogo di un dramma durato quattordici anni.

### 3) QUATTORDICI ANNI

Quattordici.

Anni.

È inimmaginabile pensare di soffrire per quattordici anni.

Quattordici.

Anni.

Un'emicrania dura poche ore, e già ci appare un fastidio a volte insopportabile, anche se di certo non mette a repentaglio la nostra vita.

Ma...

Quattordici.

Anni.

*Sono una vita.*

Quattordici anni di lotta.

Quattordici anni per riuscire a sottrarsi ad una malattia che spesso conduce alla morte.

Quando la Nera Signora decide di falciare il sorriso di un giovane a volte assume i nomi più comuni.

Incidente.

Leucemia.

Tumore.

Assassinio.

Il nome che la Morte aveva scelto per presentarsi a Chiara era *Bulimia*.

*Bulimia?* Piacere, Chiara...

#### 4) VIAGGIO TRA I RICORDI

Ripensare alla sua vita è come scorrere un lento fiume di ricordi disordinati. È un guardare un insieme di fotografie mischiate dalla tempesta del tempo, come se un bizzoso soffio di vento le avesse disseminate a caso lungo il viale dei pensieri.

Molte sono le immagini della sua prima infanzia che albergano nelle sale della mente. Ricordi felici, e ricordi meno sorridenti, alcuni più intensi, altri più sbiaditi, ma tutti comunque importanti per delineare perfettamente il profilo di Chiara.

Splendido ripensare ai giochi, alle prime tate (sante donne che hanno meritato il Paradiso!), alle prime grandi emozioni, ovvero emozioni *da* grandi.

Riaffiora prepotentemente tra le tante reminiscenze, il suo primo viaggio.

È come se sentissi tuttora il suono caotico delle voci che si accavallano, passi frettolosi di gente straniera che parte, che arriva, voce metallica ma gentile di un altoparlante che invita all'imbarco.

Il primo viaggio; con quell'emozione tipica delle grandi occasioni, quell'emozione che fa' sì che al mattino ti svegli prima di tutti e che la sera prima ti impedisce di prender sonno. Eccola lì, Chiara, in un perfetto completino coloniale, tutta fiera ed impettita per la mano del suo papà, mentre avanza – famigliola felice – padrona dell'aeroporto, destinazione Parigi. Chiara si guarda attorno e non riesce a smettere di sorridere; indica quando negozi, quando passanti insoliti e stravaganti, sgranando gli occhi e disegnando una “O” con le labbra.

È felice, Chiara.

Lo è il suo papà.

Lo è la sua mamma.



È la rappresentazione di una favola moderna, resa prosaica dalle soste al bagno della bambina causate dalla tanta emozione.

I suoni si affievoliscono, si sale sull'aereo.

Romba il motore, e d'incanto ci si trasforma in uccelli, e si vola come loro, meglio di loro.

Chiara non batte ciglio, è seduta vicino al finestrino e appanna i vetri ad ogni respiro, senza distogliere lo sguardo dal mare di panna che le nuvole le presentano davanti. I grandi avrebbero potuto sostenere qualunque cosa; quella *era* panna e lei ci si sarebbe buttata dentro molto volentieri.

Dolce, dolcissima bambina nei suoi attimi intensi di felicità.

Vorrei ora aprire una parentesi per spiegarvi la predisposizione di Chiara all'inferno che visse in seguito.

Quasi sempre i suoi momenti di vera felicità erano legati al suo amato cibo. Fu da sempre così, fin dai primi anni di vita.

La ricordo durante i suoi primi 18 mesi, quando soffrì a causa di tre otiti molto gravi, che probabilmente vennero assimilate come trauma inconscio.

Nonostante i vari interventi subiti e il dolore incredibile che sentiva, trovava pace e tranquillità solo all'ora della pappa. Chiara nacque, probabilmente, con una predisposizione precisa. Ci sono pareri contrastanti in psicologia sul fatto che l'anoressia – bulimia – binge eating possa essere una malattia genetica. Io non sono un medico e non posso esprimermi a riguardo, ma posso dirvi che nel caso di Chiara le sue origini ebbero una grande importanza. Tutta la famiglia del papà ebbe sempre un rapporto di amore e odio con il cibo. Lui, le sue zie, la nonna dimostrarono, nell'arco delle loro vite, un rapporto conflittuale con il cibo, costantemente alle prese con estenuanti diete, e un metabolismo sadicamente lento.

Al giorno d'oggi, poi, veniamo costantemente bombardati dai media e dal loro proporci standard estetici impersonati da modelli da sogno. Paradossalmente, gli stessi attori dei messaggi pubblicitari inscenano situazioni dove la presenza di cibo sfiora nell'opulenza; questo dà origine ad input contraddittori, sia per il pubblico, sia per i giovani che attraversano il difficile momento dell'adolescenza formativa.

Forse fu l'inseguire questa ricercata forma fisica da parte della famiglia a dare a Chiara un segnale distorto sul valore dell'estetica.

Estetica che mal si accoppiava con la naturale imperfezione fisica di una ragazzina in fase di crescita.

Estetica che non ha niente a che spartire con la voglia di merendine, dolci e porcherie varie tanto desiderate da qualunque giovane.

Felicità presunta e cibo, per Chiara, furono spesso sinonimi; la sua fervida immaginazione la portava ad immaginare distese infinite di panna anche nelle nuvole del cielo...

## **5) CARATTERE DECISO**

Come lampi di luce in una notte di temporale, sono diversi i momenti sereni nella tempesta dell'esistenza di quella bambina. Come marinai in piena burrasca che riescono a scherzare sulla ferocia di Nettuno, Chiara non perse mai la capacità di riuscire a sorridere, nonostante tutto.

...E quanta tenerezza mi fa tuttora il rievocare il suo viso paffuto, in carne, ma non grasso, condotto assieme a tutto il resto, per la prima volta, nello studio di un dietologo all'età di otto anni.

## 6) PASQUA

I bambini, tutti, adorano la Pasqua, che è sinonimo di gioia. È una festa meno raccolta del Natale, forse perché avviene quando la vita esplose di nuovo con il profumo colorato della primavera. Pasqua, per i bambini, è una parola imperlata di zucchero colorato, che adorna immense uova di cioccolato.

Ricordo che c'erano dolciumi, in quella casa, omaggi su omaggi delle aziende che commerciavano con il papà.

Ma Chiara non poteva averne.

La mamma non voleva. Il papà nemmeno.

Divieti *lager* per una bambina di circa otto anni che aveva il solo torto di essere un po' più in carne rispetto ai canoni standard.

*Quelli voluti, pretesi, da sua madre; quelli che avrebbero reso Chiara una signorinella da ammirare nell'alta società, non un fagottino impacciato adatta solo a maglione e jeans. Quei canoni estetici che costrinsero Chiara a conoscere le prime diete, le prime privazioni, le prime umiliazioni nei crudeli paragoni con le altre bambine più magre di lei.*

*Grazie mamma...*

Questo era il pensiero *corsivo* e *ricorrente* di Chiara.

Questo era la realtà che percepiva, la *sua* realtà.

Era la vigilia di Pasqua...

I genitori erano fuori, mentre lei si distraeva tra le pagine di un libro e qualche cartone animato in TV.

Ma la mente era altrove.

Come rapita dalla carta sfolgorante che l'attorniava, Chiara osserva avidamente la multicolore confezione delle uova pasquali, arcobaleni di cioccolato, paradiso per il palato.

Eccola lì...

La TV, ora, assume le tonalità spente di un suono lontano, e i giornali sui quali prende a muoversi, non esistono più.

E' rapita, estasiata.

Ricorda bene il divieto dei suoi, ma non può sottrarsi al desiderio di gustare un po' di paradiso al cacao.

Una scaglietta soltanto...

Furtivamente, si avvicina ad un grande uovo e si specchia deformata nelle varie sfaccettature della carta argentata. Prende ad accarezzarlo, quasi incantata, lanciando di tanto in tanto qualche occhiata pensierosa verso l'ingresso di casa.

L'ansia di venir scoperta è tanta, ma non riesce a debellare la voglia di assaggiare quel piccolo capolavoro di cioccolato.

Manine di carne armeggiano con il nastrino dorato e lo sciolgono, mentre gli occhi si incollano ancora verso l'ingresso.

Danzano, quelle manine, scartano, sbranano. Desiderano.

E finalmente, arrivano ad accarezzare la curva morbida marrone dell'uovo.

Una carezza, quasi d'amore, verso il frutto proibito, e poi un pugno, a frantumarlo; a renderlo in pezzi, mangiabili.

Chiara socchiude gli occhi, e un triangolino di cacao scompare tra le sue labbra, seguito da un quadrato e da un rettangolo, fino a saturarle i sensi con geometrica perfezione.

Chiara non pensa, adesso, ma assapora con tutta se stessa quell'istante di piacere.

Non ascolta che quella musica di sapore.

Non sente altro.

E non pensa neanche più ad essere scoperta.

Non pensa al papà.

Mangia.

Non pensa alla mamma.

Mangia.

Non sente la loro auto che entra in cortile.



Mangia.

Non sente passi esterni all'uscio.

Mangia.

Solo il suono delle chiavi nella porta di casa la riporta crudelmente alla realtà, e il panico le attanaglia le viscere.

Con gli occhi trasformati in fessure di paura, Chiara prova goffamente a richiudere la confezione, ma il fruscio della carta d'alluminio gioca contro di lei.

I suoi genitori entrano in casa.

La sentono.

Chiara corre in bagno, senza dire nulla; non può parlare, ha la bocca piena.

Sputa tutto quanto, ma suo padre è già fuori dalla porta e bussa con forza, chiamando (*gridando*) il suo nome.

Ha visto il puerile tentativo di ricostruire la forma dell'uovo con la stagnola, e proprio non ha accettato l'idea che la bambina volesse gabbarlo!

Chiara inizia a piangere, si lava la bocca, mentre il suo nome gridato con rabbia, le trapano il cervello.

Preme le orecchie per scacciare l'incubo, il delirio, l'odio di quella voce che un tempo era appartenuta a quel padre ora estraneo.

Terrore.

Senso di colpa acido per essere stata colta sul fatto.

La bocca era stata lavata, ma il sapore del peccato ancora le deliziava l'alito, e l'uomo-papà se ne sarebbe potuto accorgere.

E allora che fare?

*Che cosa fare, quando la paura ti fa piangere ancora prima di aver preso le botte, e non puoi invocare né la mamma né il papà, perché sono loro che ti stanno terrorizzando?*

Ancora vedo davanti a me il suo volto di panico bambino afferrare il sapone e addentarlo, masticarlo, amaro e viscoso

nella sua bava bianca e nauseabonda, il tutto volto al tentativo di scacciare il paradisiaco sapore di cioccolata.

“Apri, Chiara!”

E lei non ne può più.

Vuole mettere fine a quella tortura, e mentre la mano si stringe sulla chiave per far scattare la serratura, continua a singhiozzare, con la disperazione di chi sa a cosa sta andando incontro.

*Uno sguardo di supplica verso la mamma, ma lei non raccoglie, anzi, la guarda con una sorta di disprezzo.*

*Quella creatura sembra non essere la sua.*

Viene rimproverata, e punita severamente, ma le ferite più grandi nascono dai suoi sensi di colpa, quelli che la torturano crudelmente all'idea di avere deluso i genitori.

Vorrei correre da lei ad abbracciarla, a darle conforto, ma la seguo muoversi verso la porta ed uscire.

Continua a singhiozzare, Chiara, e passa davanti ai suoi tra sensi di colpa e disperazione.

Loro non la degnano di uno sguardo, o almeno così a lei sembra, mentre va verso la camera, piccolo rifugio terreno di tranquillità apparente.

Si getta sul letto, o meglio, vi si posa sopra, come un uccello ferito. Continua a piangere e si chiede il perché di tante cose.

Sensi di colpa ingiustificati si impossessano di lei, e quasi vorrebbe tornare di là a domandare scusa per *essere stata cattiva*.

Ma ha paura, ora, paura di aver tradito, in qualche modo, la fiducia dei genitori.

Buongiorno, Chiara. Questa è la tua vita, la vita che la tua mente sta costruendo subdolamente per te.

Fattela piacere. Così sia!

## 7) LE BASI DELLA MALATTIA

“Maledetto il giorno che ti ha vista nascere!”

Parole taglienti come una lama.

Chiara ha il volto di bambina che altalena tra il riso e il pianto, ma ora non sa se ridere, non sa se piangere. Parole troppo grandi per chiunque le senta pronunciare dalla dolce voce della propria madre.

Una bambina sensibile come Chiara non aveva gli strumenti per capire che quelle erano solo parole, dettate dalla rabbia del momento, ma di certo né pensate, né sentite.

Ma lei non lo sa.

Lei le sente rimbombare dentro di sé, tanto da ricordarle quasi ogni giorno nel corso della sua vita a venire.

Una banale litigata tra la mamma e il papà aveva reso la signora Franca così suscettibile, quel giorno, tanto da arrivare a pronunciare con leggerezza parole così incisive.

Parole prepotenti, a senso unico, che non davano spazio a nessun tipo di interpretazione.

Parole dilanianti come un coltello di ghiaccio capace di penetrarti l'anima e di squarciarti nel bene più profondo posseduto da una bambina come Chiara: *le certezze di un amore familiare*.

Povera bambina, capace di raccogliere la negatività apparente, cieca di fronte all'amore vero che riceveva ogni giorno. Nella sua mente albergava una crescente confusione: sentiva l'amore dei suoi adorati genitori, glielo dimostravano in svariati modi, ma allo stesso tempo viveva le contraddizioni di certi atteggiamenti, non capendo che quella *durezza* era dovuta a quanto tenevano a lei.

Come ho detto, agivano in buona fede, ma le buone intenzioni non sempre marciano di pari passo col modo “*giusto*” di

comportarsi nei confronti della personalità e della sensibilità di chi abbiamo di fronte.

## 8) UN ASSAGGIO DEL CARATTERINO

Chiara trascorreva le sue giornate in compagnia di una governante. I genitori erano molto impegnati, la madre gestiva alcuni negozi e il padre aveva da curare gli interessi dell'azienda. Quindi la piccola trascorreva il suo tempo libero in compagnia di povere domestiche che avevano l'impossibile compito di provare a tenerla a bada.

Capitò un giorno che il papà di Chiara disse alla figlia che l'avrebbe portata al Luna Park.

Era sempre festa grande quando si trattava di uscire coi suoi, figuriamoci per un appuntamento speciale come quello delle giostre dai mille colori e dalle mille musiche (per non parlare di tutti i dolciumi che emanavano un profumo magnetico per la piccola!).

*Buone quelle ciambelle fritte, così squisitamente oleose e piene di zucchero. E le patatine fritte, gli hot dog, e ogni sorta di schifezza paradisiaca!*

Gli occhi di Chiara diventavano delle vere e proprie stelle alla vista di quelle “droghe” lecite.

Il Signor Sandro avvicinò la Tata e le comunicò i progetti per la serata alle giostre, raccomandandosi di far riposare la bambina in vista dell'uscita notturna.

Comparve una smorfia di disapprovazione sul volto della piccola Chiara, così come ogni qual volta veniva costretta ad interrompere i propri giochi in mondi da fiaba per essere costretta al riposino pomeridiano.

Proprio non le andava giù di dover sottostare a quella regola impostale e, caratterino ribelle, anche quella volta mise in atto



un estenuante braccio di ferro con la baby-sitter per scampare la programmata dormita del dopopranzo.

Ma gli ordini erano stati ben precisi e il papà aveva specificato a Chiara che se non avesse ubbidito alla tata, non avrebbe meritato le giostre.

Non ci fu niente da fare: la bimba decise che al momento non aveva sonno. Alla questione Luna Park avrebbe pensato al momento debito, anche perché la Tata avrebbe finito il suo servizio prima del rientro dei genitori; e lei non avrebbe certo ammesso di non aver dormito, no?!

Quindi l'uscita era assicurata, alle conseguenze avrebbe pensato il giorno dopo.

Trascorse la giornata e giunse l'ora del rientro dei genitori dai lunghi impegni lavorativi.

Chiara attendeva impazientemente il papà, sia per abbracciarlo un po', sia per giocare con lui (magari ad "Ossiccione"<sup>1</sup>), o almeno, per sperare di farlo.

La tata aveva già terminato il proprio servizio, ma al papà venne ugualmente in mente di chiederle come si fosse comportata la bambina, giusto per sapere se meritava o no la promessa uscita. Per verificare l'obbedienza della figlia, telefonò alla Tata ancora prima di tornare a casa... e lei confermò che Chiara non aveva accettato neanche per un istante di chiudere gli occhi.

- "La bambina ha preferito giocare per tutto il giorno, non c'è stato modo di convincerla", disse la *spia*.

---

<sup>1</sup> "Ossiccione" consiste nell'azzuffarsi selvaggiamente, cercando di sconfiggere l'avversario con un'energica pressione nella zona inguinale. Un'attenta pressione in quella parte del corpo, provocava in Chiara una crisi d'ilarità come quelle che scaturiscono da un prolungato solletico.

Al suo rientro a casa, il papà chiese a Chiara notizie sul sonnellino pomeridiano e la piccina, disse, senza alcuno scrupolo, che aveva assolutamente dormito per ore.

Così il papà, tra lo scherzoso e il serio, ventilò ad alta voce l'ipotesi di telefonare alla Tata per chiederle conferma. A quelle parole, lo spirito di improvvisazione di Chiara ebbe dello stupefacente.

La bambina prese una seggiola, e si diresse verso la mensola che sorreggeva il telefono.

La trasportò con fatica, quella sedia per giganti, si avvicinò al telefono e si arrampicò verso l'improvvisato palcoscenico.

In sala si fece silenzio, e la grande attrice ispirò, pronta a dare anima alla propria interpretazione.

*La posta in palio è alta, signori, prendete posto e godetevi lo spettacolo!*

Assunse un'aria seria e prese ad armeggiare con la rotella per la composizione del numero, cosa che non sapeva fare, ma a volte la finzione può diventare ancora più vera della realtà.

Terminato il *primo atto*, assumendo un'intonazione degna di un'attrice drammatica, simulò la conversazione con la governante, asserendo, con domande retoriche, ciò che gli ammutoliti genitori volevano sentire.

"Tata, è vero che oggi ho dormito?!"

E dopo poco, continuando ad aggrottare le sopracciglia, riattaccò, soddisfatta della propria interpretazione che si concluse con la raccomandazione ai genitori di non telefonare a loro volta, in quanto la governante le "aveva detto" di non voler essere disturbata!

- "Avete visto che ho riposato?", cinguettò. E continuò, spavalda: - "Non chiamatela, ha troppo da fare adesso, ma dice di stare tranquilli, perché oggi io ho dormito. Visto?! Ve l'avevo detto!"

I suoi trattenevano a stento i sorrisi.

Durante la finta telefonata si erano allontanati dalla piccola, proprio per poter ridere senza farsi scorgere da lei. Era uno spettacolo vedere l'intraprendenza di quella bambina... donnina che, in quell'occasione, sembrava davvero una bambola da palcoscenico.

Loro dovevano mantenere il contegno, non potevano farsi vedere affascinati dal suo atteggiamento da piccola grande, scaltra farabutta!

Non era certo un comportamento da premiare; aveva detto una bugia con tanto di simulazione.

E la scenetta teatrale non diede i frutti che Chiara avrebbe auspicato.

Le buscò e ovviamente si giocò il Luna Park con tutti gli annessi e connessi. Le bugie, anche se quello spettacolo fu degno di merito, non erano assolutamente ammesse.

Questa era Chiara.

Una testa dura, cocciuta.

Subiva rimproveri decisi, allora piangeva, si rannicchiava nel suo microonde e per qualche minuto si *sentiva in colpa* per aver "costretto" i suoi genitori a prendere provvedimenti contro di lei. Ma quelli di allora erano sensi di colpa ad orologeria. Poco dopo, finite le crisi di pianto, usciva di nuovo dalla sua camera con quel suo naso dritto, puntato verso il cielo.

Piccolo scricciolo impertinente!

La sua spavalderia e la sua arroganza erano disarmanti.

Una piccola grande personalità già definita, carattere ereditato dal suo amato papà, per lei un esempio da imitare.

Lui poteva tutto, ai suoi occhi e quindi, nella sua piccola testa, anche lei aspirava all'onnipotenza proprio come il suo adulto.

Piccola Chiara... Quante altre volte cadrai di sella, e quante altre penserai di non farcela più.

Ma è la tua salita.

E dovrai arrivare in vetta...

## 9) APPARIRE

Ed ecco Chiara, adesso un po' più grandicella.

Spero tanto di non confondervi le idee con questi continui sbalzi temporali non strettamente in sequenza. Ma, del resto, percorrere il fiume di ricordi che mi lega a Chiara è anche un dar vita a molteplici emozioni, evocate prepotentemente dalla mente lasciata libera.

Già, Chiara e i suoi tanto odiati vestitini coi merletti, che la facevano così donna acerba per la gioia della mamma. Si sentiva fuori luogo avvolta da quell'abbigliamento imposto, ma allora non aveva la facoltà di essere. Ella *doveva* essere, secondo i canoni estetici consigliati dai genitori, ma sgraditi a lei; questo era il messaggio che recepiva. Idea che cresceva insieme a lei, assumendo dimensioni sempre più spropositate dentro il suo ego più profondo.

Nonostante questo, continuava ad apparire piuttosto serena, riuscendo ad ignorare tutto ciò che di innaturale e di poco spontaneo la circondava. Sembrava felice, Chiara, ma questa sensazione sgorgava dalla sua realtà immaginaria, dai mondi tutti suoi fatti di magia e di immaginazione.

Stava iniziando, poco alla volta a scivolare verso un mondo distante dalla realtà che tutti noi immaginiamo. Un mondo alieno. Desiderava una realtà fatta di sogni, ma ad attenderla c'erano solamente incubi.

## 10) AMICA TV

Il mezzo più frequentemente adottato per lasciar volare la propria fantasia, alimentandola con input che poi modificava a suo piacimento, era costituito dai film. Li guardava decine di volte; li assaporava, li assorbiva, tanto da sentire le sue labbra muoversi in sincronia con le battute recitate nella scena del momento. Grazie al cinema, aveva sviluppato la capacità di entrare totalmente nella scena, diventando parte attiva di quella meravigliosa finzione. Quei mondi immaginari, grazie al videoregistratore, si ripetevano fedelmente ogni qualvolta la ragazza lo avesse desiderato. Così, ecco il perpetuo avvicinarsi di commedie, soprattutto quelle ambientate negli anni '50 e '60; storie che avevano sempre la trama giusta e il finale giusto, un vero toccasana (o droga?) per chi aveva diritto (e bisogno) di sognare.

È bello ripensare allo sguardo spensierato che le sgorgava naturale quando assisteva ai film del suo adorato Elvis Presley, così come è facile ricordare il suo volto preda di rapimento emotivo durante un classico come "Via Col Vento". Non è davvero molto comune che una bambina si appassioni a film come quello, ma quando glielo si faceva notare, la piccina scuoteva la testa con sufficienza.

Cercava una dimensione in cui essere bambina, e quelle proiezioni gliela garantivano.

Le bastava quello.

Oh, certo, non erano solo le pellicole a catturarle l'anima. Quelli erano gli anni di "Bim Bum Bam" e di cartoni come "Candy Candy" e "Bia", piccoli tesori pomeridiani che le donavano pace e voglia di magia. Spesso, in classe, si fissava su un punto, o spaziava con lo sguardo fuori dalla finestra rievocando le gesta



dei suoi personaggi preferiti e chiedendosi cos'avrebbero fatto nella puntata del giorno.

Questo accadeva soprattutto con i suoi “amici” più cari: i protagonisti di Saranno Famosi (Fame). Con loro riusciva a creare una realtà parallela alla sua, riusciva a plasmare gli aspetti della vita che non comprendeva, quelli dolorosi, surrogandoli con danze e canti. E così tutto diventava magicamente un gioco, un altro film con una protagonista d'eccezione: sé stessa.

Il rituale pomeridiano iniziava attorno alle 16.00. Come ho già detto, i suoi lavoravano e non le concedevano spesso di uscire. Così scendeva a passi lievi fino in taverna e si piazzava davanti alla TV, pronta a viaggiare nei sogni che avrebbero preso forma di lì a poco.

Nonostante i ferrei divieti, al rituale non dovevano mai e poi mai mancare i biscotti. Grazie a loro, la sensazione di totale evasione dalla realtà era completa. Il sentire sciogliere nel palato quell'abbraccio di zuccheri, sommato alla dimensione onirica delle immagini in TV era un piacere quasi totale, tra il cerebrale e il fisico. Nel tempo, quella quotidiana solitudine di piacere edonistico, diventò un irrinunciabile rifugio.

## 11) LA CONDIZIONE DI CHIARA

Ma torniamo a parlare dei merletti di Chiara...

In quella casa lo sforzo di tendere verso il bello e la perfezione era uno stile di vita.

Chiara vedeva i genitori integrarsi perfettamente in quel mondo fittizio (quello della moda) fatto di apparenza, *ritenendoli*, a volte, talmente superficiali da perdere di vista i veri valori della vita. Riteneva, infatti, che per loro fosse molto più importante vederla esteticamente ammirevole, che non il lasciarla crescere con tutte le esigenze che poteva lecitamente avere. Esigenze da

bambina comune, esigenze da ragazzina alla quale poco importava di indossare taglie minime dai costosi pizzi, se il prezzo era la non libertà di assaggiare dolci e merendine.

La sua era una vita dove insalate scondite erano alla base dei consigli del dietologo e privazioni alimentari di ogni genere erano la quotidianità.

Tutti i familiari e conoscenti erano avvisati su ciò che Chiara poteva o non poteva mangiare.

Ma lei non ci stava.

Proprio non poteva accettare quelle ingiustizie non comprensibili per una ragazzina, così finiva, come sempre, nel dover sostenere scontri domestici piuttosto violenti.

Nonostante le litigate, quella testarda non tollerava sottomissioni di alcun genere.

Ma quello che lei vedeva come ingiustizia era solo affetto. Era solo un voler far crescere nel bene una donnina in erba.

Affetto vero.

A volte talmente intenso da degenerare in violenza, ma pur sempre affetto di chi vuole a tutti i costi il bene della propria creatura.

Chiara, però, non riusciva a *sentire* questo.

Accoglieva dentro di sé, come un batterio malato, solo le cose negative; che poi germogliavano nei suoi pensieri adulterando spietatamente la sensibilità verso l'amore che riceveva.

Addirittura, iniziò a nascere in lei un senso di sfida, una specie di piacere inconscio verso la trasgressione alimentare, atto a punire i suoi genitori, colpevoli di non lasciarla crescere naturalmente.

Frequentava allora, giusto per raccontarvi, la figlia di un noto fornaio, e quando trascorrevano le giornate in casa, si rimpinzavano a volontà di ogni "bendiddio". Fuori dalla vista dei genitori, lontano dal loro controllo, ogni occasione era buona per

saziare sia la voglia di cibo, sia la voglia di sentirsi libera come ogni sua coetanea.

I pomeriggi trascorrevano all'insegna dei compiti, e dei quaderni imbrattati di briciole e tracce di unto.

Le due bambine ridevano a bocca piena e si sentivano felici, sensazione usuale per l'una, insolita per l'altra. Ovviamente, nonostante le diete, il dimagrimento non otteneva risultati, e questo dava origine a tensioni e a un continuo conflitto tra lei e la mamma.

Era robusta, la bambina, e lei sentiva che questo, per i suoi, era vissuto come un torto imperdonabile!

E non si dava per vinta, continuando a domandarsi come facesse la mamma a disprezzarla tanto. Mio Dio, ma era comunque la sua bambina! Era carne della sua carne, sangue del suo stesso sangue. Ma le sensazioni che sentiva dentro di sé, erano solo d'odio e risentimento.

Perché?

Una bambina così solare era un dono del Signore. Ogni madre sarebbe stata orgogliosa di una figlia così gioiosa e piena di voglia di vivere. Sì, era testarda, e ribelle, anche un po' viziata, ma era pur sempre una bambina, *perdio!* Questi pensieri presero ad accompagnarla ogni giorno sempre più insistentemente.

Li sentiva svegliarsi con lei la mattina, e piano seguirla nel resto della sua giornata, diventando via via sempre più opprimenti.

## 12) IL DIETOLOGO

Aveva undici anni quando si recò nuovamente dal dietologo, consapevolmente, e non solo perché lo desiderava e *pretendeva* la madre; in una giornata d'inizio estate, entrarono nello studio pallido del medico.

Erano in quattro: la piccola Chiara, la sua mamma, sua zia e sua cugina. Chiara provava una grande gelosia nei confronti della cuginetta, perché *riteneva* fosse ammirata più di lei dagli altri componenti del nucleo familiare. Chiara *sentiva* di essere messa in secondo piano rispetto alla *rivale*, questo la faceva soffrire e la portava inevitabilmente a mettersi in competizione.

Si sentiva brutta e goffa rispetto alla coetanea, mentre viveva il suo grasso bambino come una sorta di bruciore, una tortura che percepiva sulla pelle.

Ad un tratto il grasso che le ricopriva l'addome cominciò a diventare pesante e doloroso, le sfrigorava addosso come una coltre di pece bollente. Ricordo lontano, ma ancora vivido e tagliente...

Questo fu uno degli innumerevoli motivi che condussero Chiara a chiedere soccorso ad un medico dietologo. Ormai la piccola aveva stabilito che sarebbe dovuta dimagrire ad ogni costo, questa era diventata la sua missione.

Lo studio era illuminato di luce falsamente accogliente, fredda e inospitale. Immediatamente Chiara avvertì qualcosa di insolito nell'aria, ma lì per lì non ci fece caso e si accomodò all'interno della camera.

Il dottore, un signore sulla quarantina, leggermente stempiato e dallo sguardo equivoco, sorrideva in modo ostentatamente gioviale.

Spesso capita di incontrare una persona e di interpretare il suo modo di proporsi attraverso gli occhi delle sensazioni.

Qualcuno può piacerci da subito, qualcun altro può non andarci a genio; Chiara, da bambina ipersensibile quale era, percepì qualcosa di non bello in lui.

La seduta, infatti, iniziò con una cocente umiliazione.

Il dottore, con saccente aria da cabarettista, chiese quale sport le piacesse e Chiara rispose che adorava l'equitazione. Una risata sarcastica risuonò nello studio, e con mancata eleganza, il medico dichiarò compassione per l'eventuale cavallo, se la bambina non si fosse messa in testa di perdere peso!

Chiara si sentì morire dentro.

Sentiva le risa del medico e della cugina, ed erano come lame ardenti per le sue orecchie.

Si vergognò ai limiti della sopportazione; quell'uomo era stato così offensivo nei suoi confronti e il tutto davanti ai suoi cari!

*Perché tutti si accanivano verso quei chili di troppo che aveva? Non era forse una cosa naturale aspettare di trovare la propria forma fisica, crescendo? Non era forse ciò che accadeva ad ogni ragazza adolescente lottare con le proprie imperfezioni, fino al raggiungimento spontaneo della propria femminilità?*

*In fondo era in piena crescita, era una piccina che aspettava che la bacchetta magica del tempo la tramutasse in donna.*

*Perché doveva vergognarsi del suo modo di crescere, di conoscersi?!*

Chiara subì quell'umiliazione senza ribattere, forse perché era troppo giovane e sensibile per ignorare un affronto del genere e rispondere a tono; abbassò il viso arrossato dalla vergogna e cercò riparo tra i suoi pensieri di sognatrice quale era.

Accettò impassibilmente, non aveva gli strumenti per poter reagire e combattere; anche lei non amava quelle sue forme che le stavano creando così tanti scontri domestici; così, poco per volta iniziò a pensare che ciò per cui la accusavano poteva avere un fondamento di giustizia: non si sentiva piacente, per cui poteva essere che non fosse neanche degna di rispetto.

Sì, non amava le sue forme e, in breve tempo, prese ad odiarle.

Quanti pensieri distorti albergano nella mente di un'adolescente in crescita, e in particolare quanti problemi apparentemente



irrisori sgorgano nella mente di una ragazza sensibile. Quando queste idee sono avallate dalle stesse persone designate dalla natura a formare il tuo carattere, ecco che tutto quanto assume una dimensione più reale e il semplice problema può trasformarsi in dramma, in tragedia, in inferno.

Poco per volta, iniziò quindi a chiedersi se le umiliazioni non fossero la giusta punizione per l'aspetto inelegante con il quale si presentava agli altri.

Queste fisime presero a divorarla lentamente, come un cancro spietato che si saziava di lei con cieca voracità. Malattia cannibale.

### **13) SUCCESSIVA SEDUTA**

Era una giornata di piena estate, di quelle in cui si fatica anche solamente a trarre boccate di respiro.

La mamma provava a darsi sollievo agitando un ventaglio, ma Chiara non sentiva caldo.

Era concentrata sul medico e sulle sensazioni che le procurava. Non le piaceva.

Aveva un fare poco professionale, piuttosto equivoco.

Alla luce di come si svilupparono le cose seppi in seguito che quell'individuo rovinò diverse altre ragazze, alcune attraverso violenze psicologiche inenarrabili. Sia professionalmente che dal punto di vista umano risultò essere una delle figure più viscide e senza scrupoli che insidiarono la vita di Chiara.

Fu la prima figura esterna alla propria famiglia ad aprirle energicamente, con il proprio scellerato agire, le porte verso la malattia.

## 14) L'INIZIO

All'undicenne Chiara altro non restò da fare che affidare il desiderio di una linea perfetta nelle mani di quell'uomo.

Aveva promesso di farle perdere peso e lei non desiderava altro che sentirsi carina, accettata, e quindi benvoluta dai suoi genitori.

Iniziò così a intravedere la possibilità di lasciarsi alle spalle disagi e dispiaceri. Lo sperava davvero con tutta se stessa, tanto da riporre più fiducia in quel “mago della bilancia” che nella mamma.

Era ormai molto tempo che viveva l'assurdo senso di colpa dovuto all'aspetto esteriore, come se il pesare qualche chilo in più fosse un peccato intollerabile.

Associò a quella figura fiducia e speranza, iniziando ad attribuire alle sue parole un'importanza totale.

Prese a mangiare drasticamente molto di meno, pesando ossessivamente ogni singolo cibo. Niente poteva risultare un grammo più pesante di quanto avesse prescritto il *dottore-guru*. Tutto questo si consumò nel giro di un'estate.

E ora mi prendo un po' di spazio per parlare direttamente in modo colloquiale...

È normale desiderare di sentirsi fisicamente in forma, e quindi lo è anche il decidere di sottoporsi a diete *equilibrate*, soprattutto se il dimagrimento è richiesto proprio da un punto di vista di salute. Tali diete devono comunque essere sempre supervisionate da chi ha conoscenza in materia, e sono da sconsigliare i sistemi “fai da te”.

Non starò a raccontarvi nei dettagli il subdolo comportamento di quel dottore che ricordo vividamente tutt'ora, ma vorrei dirvi di

fare molta attenzione nello scegliere il professionista per le vostre esigenze.

Non sempre i medici più famosi sono quelli più competenti.

Non sempre i grandi nomi sono custodi di saggezza e capacità, cose di cui parleremo più approfonditamente nel corso di questa storia.

Lasciate che ve lo dica sulla base di ciò che vidi in seguito subire da Chiara: scegliete sempre mantenendo obiettività!

La nostra amica, durante la sua malattia, incontrò diverse figure discutibili, personaggi che invece di aiutarla a risolvere i suoi problemi, contribuirono solo a prolungare il calvario, causando anche non pochi contrasti con la madre.

Non vi annoierò con ogni singolo racconto, ma è una premessa che desideravo fare, soprattutto rivolta verso chi sta vivendo adesso ciò che Chiara visse allora.

## 15) DIMAGRIMENTO

Mentre le altre ragazzine vivevano l'estate romagnola fatta di sogni, spensieratezza e colori, Chiara era alle prese con la sua lotta con il grasso, per sentirsi bella, per essere finalmente accettata dall'esigente madre.

Quasi le esplose il cuore il giorno in cui la bilancia sentenziò che il suo peso stava calando considerevolmente.

Era una sensazione meravigliosa, quella!

Aveva la convinzione di essere quasi onnipotente, di poter finalmente plasmare a piacimento il proprio corpo. Riusciva a dominare il desiderio di cibo e le tentazioni, poco per volta, sembrarono dissolversi per cedere il passo alle gratificazioni dell'immagine.

Infatti continuava a snellirsi, dando il passo ad euforiche esultanze che nascevano ogni qualvolta la bilancia decretava il successo dei propri sforzi.

Si sentiva finalmente forte, padrona della propria esistenza: in realtà si stava consumando, struggendo come una candela arsa dal fuoco della vanità.

Rivedo oggi il primo giorno di scuola al rientro dalle vacanze estive.

Chiara si presentò vistosamente dimagrita, indossando abiti che solo pochi mesi prima non avrebbe potuto neppure guardare.

Tutti si complimentavano con lei ed era la prima volta che si sentiva ammirata e corteggiata; ma questo avveniva solo perché era lei stessa ad accettarsi, a sentirsi diversa.

Anche prima i ragazzini la guardavano con interesse, ma lei non si sentiva degna e quindi ignorava quegli sguardi invadenti, pensando che fossero solamente fonte di assurde prese in giro.

Il crederci bella ora partiva dalla testa, non dall'obiettivo modo di guardarsi.

Si vedeva corteggiata, con tutto il fascino che sa dimostrare una giovane donna acerba consapevole di essere bella.

Ma la gioia più grande era data dal *sentire* che la sua famiglia, *ora*, le voleva più bene.

Può sembrare assurdo, ma fu davvero così; il nuovo aspetto di Chiara corrispose a maggior serenità domestica e ad inequivocabili atti d'amore e complimenti, soliti in normali rapporti tra genitori e figli.

Era decisamente *convinta* di percepire più amore e più attenzioni positive da parte della sua famiglia; in realtà, stava costruendosi una realtà tutta sua, entrando dalla porta principale in quel tunnel senza luce che questa terribile malattia fa vivere.

Chiara si convinse di essere felice e iniziò a provare enorme soddisfazione per i sacrifici che accompagnavano i suoi nutrimenti.

Ben presto, al piacere fisico dato dal gusto, sostituì la soddisfazione per la rinuncia dello stesso.

Rinunce.

Privazioni.

Più cibo si impediva di assaggiare più il suo ego cresceva.

Com'è ovvio, iniziò ad indebolirsi notevolmente, ma cominciò con il non avvertirlo, profondamente concentrata com'era nella sua gara contro se stessa a dimagrire ancora e ancora e ancora...

La sua era una vita fatta di diete, e quello diventò il suo unico modo di ragionare; poco per volta (e allo stesso tempo, con una velocità inaudita), la sensazione di fame che costantemente l'accompagnava iniziò ad affievolirsi, fino a scomparire del tutto.

## 16) ANORESSIA

Non passò molto tempo dall'inizio della cura che i cupi colori che dipingevano il quadro della situazione iniziarono ad assumere tonalità preoccupanti.

Non era più in grado di mangiare con spensieratezza, Chiara; i cibi non si chiamavano più "pasta" o "patate", ma venivano *pensati* in base alle calorie che avevano.

A questo si aggiunse presto l'introduzione di attività fisiche massacranti, volte all'estenuante desiderio di far scomparire anche le più invisibili tracce di grasso.

Chiunque faccia sport, sa che per affrontare qualunque attività, è necessaria un'adeguata alimentazione.

Chiara si consentiva di ingerire solamente tristi barrette proteiche prive di sapore, e mai più di una al giorno.



Trasorse del tempo in cui il dimagrimento avveniva quasi a vista d'occhio, ma lei era troppo felice per rendersi conto di cosa stava accadendole e i suoi genitori erano *troppo ottusamente impegnati* nelle loro attività per realizzare che *la loro famiglia si era ammalata di anoressia*.

Del resto, all'epoca c'era scarsa informazione a riguardo, e non sarebbe stato facile diagnosticare la sentenza così repentinamente.

Intanto la bambina continuava a digiunare, sempre più paga delle continue rinunce a cui si sottoponeva.

Erano assenze di cibo che duravano giorni. Più tempo trascorrevano senza mangiare, più il suo *io* le diceva che stava seguendo la giusta direzione.

Era diventata anoressica.

## 17) SVENIMENTO

Incredibile fu la paura che provai la prima volta che mi svenne davanti.

Era lì, in sauna assieme al padre, col quale si era appena dedicata a due ore di palestra.

Chissà quand'era stata l'ultima volta che si era seduta a tavola per mangiare qualcosa...

La osservavo, e aveva uno sguardo assente. Guardava la nebbia della sauna, ma era come se quella nebbia le fosse penetrata nei pensieri.

Era ovattata, distante. Non era lei.

Terminata la seduta si diresse con il papà verso l'ascensore. Non stava bene, ma non voleva far preoccupare il padre, al quale aveva detto soltanto di aver bisogno di un bicchiere d'acqua.

Entrò come un automa nel gabbietto metallico.

Si specchiò per un istante nelle pareti riflettenti, poi i suoi profili persero di consistenza, e si dissolsero.

Svenne.

Perse i sensi aggrappandosi istintivamente al papà, poi fu il buio del nulla.

La volta successiva in cui si guardò allo specchio, vide una persona che non era più lei.

Gli occhi gridavano disperazione. Gli occhi *erano* disperazione.

Fino a quel momento, Chiara aveva osservato gli spigoli del proprio viso, col relativo pallore, come indici di bellezza.

Quel giorno li notò come sinonimi di morte.

Inizialmente vedeva il dimagrimento, e si compiaceva per questo. Ma quella sensazione, ben presto, iniziò a lasciar spazio ad un viversi distorto. Ad un vedersi in maniera errata, un po' come di fronte agli specchi deformanti di un parco di divertimenti.

C'è un motivo medico in tutto questo. Il fatto è che la continua restrizione alimentare, le continue diete, vanno a ledere l'ipotalamo e l'ipofisi. Sono ghiandole acquose e, per il troppo innaturale sforzo fisico, si svuotano, provocando una percezione distorta di sé stessi, con relativa alterazione della realtà. Tutto sembra diverso da come è. E ci si lascia andare, trasportati da quella scellerata determinazione a scomparire sempre di più.

## **18) MINIMIZZARE**

Nonostante la marcata debolezza, Chiara non impiegò molto a riprendersi completamente, facendo tirare un bel sospiro di sollievo ai genitori che commisero il grave errore di minimizzare.

Ci volle comunque del tempo per riprendersi, perché, nonostante l'evidente carenza di forze, rifiutò di mangiare, consentendosi solo qualche marmoreo yogurt magro.

Era quasi una cerimonia per lei, quella dello yogurt.

Lo lasciava nel freezer in modo che si solidificasse e le desse il senso di mangiare di più. Quello era il suo pasto il più delle volte: uno yogurt freddo, insapore e incolore. Insignificante, nonostante tutto ciò che avrebbe dovuto significare!

Così stava diventando la vita di Chiara, fredda, insapore e incolore. E priva di un vero senso.

A dire il vero, la signora Franca nutriva decisi sospetti sulle cause di quello svenimento, ma non fu difficile per Chiara tranquillizzarla.

Del resto la bambina appariva *così bella, così perfetta*.

Già.

Appariva.

Dentro di lei aveva germogliato l'edera velenosa della morte, pianta schifosa che artiglia le sue radici nello stomaco rendendolo di sua proprietà.

Il tuo sangue diventa il suo. Lo beve per crescerti dentro, per diventare più grande di te, dei tuoi pensieri, della tua forza di reagire.

Cresce e germoglia. Si nutre dei complimenti e del plauso della gente. Si innamora dello specchio e ne amplifica i dettagli; con lei dentro, un filo di grasso denunciato da un permissivo specchio, diventa un inestetismo inaccettabile, un qualcosa da combattere, un male da debellare.

Ma intanto il male ce l'hai dentro non fuori.

Il male ti sta possedendo piccola Chiara, e anche se non ti nutri, vive lo stesso, perché lui si nutre di te.

## 19) RICORDI SORRISI

Come sembravano lontani, adesso, i giochi d'infanzia col fratello Luca.

Quanta tenerezza riuscivano a suscitare quando provavano a vivere momenti di spensieratezza, momenti di gioco nel loro pieno diritto.

Giochi, sorrisi, scherzi... tra una dieta e l'altra.

Ma non parliamo di cose angoscianti, adesso; guardiamo quei due ragazzini nei loro divertimenti e cerchiamo di non pensare a ciò che Chiara avrebbe vissuto più avanti ancor più terribilmente, vittima fisica dei disagi di tutta la famiglia.

Due erano i giochi che i due ragazzini solevano svolgere più frequentemente e li avevano battezzati con i nomi di fantasia che solo i bambini sanno generare.

Il primo dava origine ad un diversivo proibito e prendeva il nome dalla sua semplicità. Si chiamava "Guardare".

Chiara e la sua famiglia vivevano in una casa nella quale c'era una scala a chiocciola, teatro di mille rincorse e inseguimenti infantili.

Così, Chiara e Luca, simulavano di andare a letto, ai piani superiori; in realtà, come abili veterani, si acquattavano tra le spire della scala e scomparivano sonoramente dalla casa.

Non era nulla di particolare, se non per il fatto di trasgredire alle regole; spiare i genitori provocava spesso risate isteriche sedate l'un l'altra con spinte e scapaccioni che servivano solamente a far aumentare il divertimento.

E che corse, non appena i genitori si avvicinavano alla scala, per paura che salissero; ma il gusto di fare una cosa vietata era troppo attraente.

Attimi di tranquillità, come serena e immota è l'aria, quasi dolce, prima dell'arrivo della tempesta.

L'altro divertimento si chiamava "Capannina", luogo che sa di intimità, di cose segrete, di rifugio.

Era un gioco fatto di poche cose e molta fantasia, e come tale regalava ai due ragazzini attimi di sana evasione.

Era una continua ricerca di un mondo proprio, di una dimensione nella quale riuscire a realizzare stati d'animo di cui la quotidianità era carente. Piccole cose, piccole gioie, eppure così difficili da vivere nella loro giovane esistenza.

Attendevano che il buio e il silenzio si facessero strada nella casa, e quando erano certi della presenza di Morfeo nella camera dei genitori, scendevano silenziosi come fantasmi mettendo in scena il proprio gioco.

Ed ecco che una piramide di cuscini poteva trasformarsi in un'autentica, fantastica capanna nella foresta, teatro di sogni e speranze, rifugio dalle paure e dalle ire dei grandi.

Di certo, se i genitori si fossero accorti delle loro trame, li avrebbero puniti con risolutezza e non mi sto riferendo alla capannina, e al disordine generato per crearla; mi riferisco a ciò che i ragazzini organizzavano dopo la costruzione della piramide di gommapiuma, trasgredendo profondamente regole e imposizioni.

Nella quiete buia della notte uscivano di casa alla volta del vicino Luna Park. Lì, tra luci e colori, venivano rapiti dallo spettacolo di cibi e dolci dai mille aromi.

In particolare, facevano man bassa di patatine fritte condite e colorate con Ketchup o salsine di ogni genere.

Ah, se fossero stati scoperti, piccoli incoscienti!

Ma il sapore di quelle patatine era il gusto della libertà, della ribellione, o più semplicemente era il sapore di sentirsi bambini normali.



Mangiavano con ingordigia, poi rientravano nella loro casa, nella loro capannina, e lì si addormentavano satolli.

...una delle ragioni, rimaste inspiegate alla mamma, per cui, nonostante le diete, Chiara non dimagriva.

## 20) UN PICCOLO AMORE

Le incomprensioni nel rapporto tra Chiara e la madre non si limitavano soltanto alla sfera alimentare.

In particolare vorrei rendervi partecipi di un episodio verificatosi proprio durante le prime fasi della malattia.

Mi pare fosse il tempo in cui Chiara frequentava la terza media. Lorenzo aveva un anno di più, era alto, vestiva bene e aveva un sorriso coinvolgente. Erano molte le ragazzine che gli morivano dietro, tra cui proprio Chiara.

Per farla breve, i due si piacquero e decisero di mettersi assieme, il che consisteva in questo: un amico di Lorenzo, preso per sfinimento e sotto la minaccia di violente percosse, si era recato da Chiara e aveva chiesto “la sua mano” per conto dell’amico. Lei, dopo un’attenta riflessione, aveva accettato e tanto bastava per far sì che i due iniziassero a ritenersi una coppia. Una sorta di “nozze per procura” dei giorni nostri, insomma...

Ad ogni modo, i due giovani “morosi” facevano di tutto per *non* incontrarsi nei corridoi, tanto era l’imbarazzo dovuto al non sapersi come comportare reciprocamente.

Quel giocare a nascondino, era comunque un insieme di momenti molto dolci, fatti di sospiri, di rossore di gote, di pensieri adolescenziali realizzati prima di addormentarsi (ognuno nel proprio letto!).

Arrivò un giorno in cui Lorenzo disse a Chiara di volerle parlare; ma dopo qualche istante colmo di occhi abbassati e mani sudate,

i due giovani visi si avvicinarono, scambiandosi ciò che fu soltanto un timido sfiorarsi di labbra.

Solo questo.

Nulla di più. Il primo vero bacio avrebbe dovuto attendere altro tempo.

Ma tanto bastò alla "simpatica" secchiona della classe per riferire il tutto, denso di particolari degni di un rotocalco rosa, alla propria mamma, la quale non mancò di riportarlo alla signora Franca, aggiungendo del suo.

Da quell'istante, per qualche settimana, Chiara fu considerata la "poco di buono" della famiglia.

A nulla valsero le spiegazioni e i tentativi di far presente l'innocenza dell'accaduto. Ovviamente, quel giovane rapporto finì di conseguenza, tra dispiaceri e lacrime; oggi ci si può ripensare con un sorriso, ma allora per Chiara fu un piccolo dramma. Al dolore per dover essere costretta a rinunciare ad un ragazzo a cui teneva, si sommò l'umiliazione del sentirsi biasimata proprio dalla figura che avrebbe dovuto proteggerla e difenderla da tutto e tutti. E l'idea di aver di nuovo deluso le aspettative si insinuò come un parassita molesto nel suo cervello.

## 21) LA CRESIMA

Naturalmente lo scorrere della vita procedeva in maniera normale e in essa si susseguivano gli avvenimenti che attraversano la crescita di ognuno di noi.

Il giorno in cui Chiara ricevette l'unzione cresimale fu l'esempio molto significativo del modo di vivere di quella famiglia.

Non molto tempo prima, lei e il papà avevano soggiornato in una nota clinica della salute, uno di quei centri di dimagrimento in cui si viene seguiti sia nell'attività fisica, sia nelle diete. Lì, i due

ottennero validi risultati, apprendendo le reazioni del nostro corpo in base al consumo di questo o quell'altro cibo.

Organizzarono i festeggiamenti per la cerimonia con la stessa filosofia attinta nella clinica.

Nella sua drammaticità il risultato aveva tratti quasi comici: ogni pranzo di festeggiamento per una Comunione o una Cresima ha la peculiarità di risultare stracolmo di cibi, succulenti, grassi e appaganti. Il pranzo di Chiara diede origine ad una Cresima Dietetica!

Ci impiegarono una settimana per selezionare un menù a base di piadina integrale, pesce, condimenti leggeri e via di questo passo.

Fu come mettere l'intera tavolata di parenti e amici a dieta forzata.

L'unica cosa tradizionale in grado di soddisfare totalmente le aspettative dei parenti fu la torta, che non durò moltissimo; le portate precedenti erano molto curate, ma comunque composte da ingredienti ipocalorici.

La torta, nella sua prorompente perfezione rotonda, era la torta! Bellissima; meravigliosa nella tipica e candida tentazione di panna.

Chiara la guardava, poi guardava la mamma come a cercare un'autorizzazione all'assaggio proibito. Ma il permesso lo cercava soprattutto in se stessa, ormai già preda del demone dell'anoressia.

Ancora uno sguardo alla favola uscita dalla pasticceria e uno di richiesta d'aiuto, rivolto ai genitori.

Era una tacita implorazione di non essere biasimata per quello spontaneo desiderio di assaggiarne una fettina. In fondo, altro non era che la sua festa di Cresima.

*Vi prego, non vogliatemi male...*

E va bene!

Acconsentirono.

Chiara stessa acconsentì. In fin dei conti, durante il pranzo non aveva fatto altro che spiluccare qualcosa ogni tanto, più che altro per tener compagnia agli invitati.

Così, timidamente, si avvicinò al piattino contenente una minima porzione di dolce, ordinaria conclusione del pranzo della festeggiata.

Il cucchiaino s'immerse in quel capolavoro culinario e prelevò un piccolo pezzo di paradiso per la bocca.

Lo assaporò profondamente e non ci mise molto a finire la sua razione non certo abbondante.

Deglutito l'ultimo boccone sentì rompersi qualcosa dentro.

Il bisogno di quel dolce era stato saziato, di conseguenza poteva dare spazio a quella cascata di lava bollente che caratterizza l'ondata di sensi di colpa, successivi all'aver mangiato.

Gli altri ridevano, parlavano, scherzavano ed erano i personaggi di una dimensione lontana, quasi irreali.

Non capivano, non sentivano, non potevano avvertire il panico, misto al *peccato* che come un nero vortice maligno si dibatteva dentro lo stomaco di Chiara.

Un forte calore le invase le guance e, oddio, le parve di impazzire.

Non riusciva a darsi pace, tanta era la debolezza che si attribuiva per essersi concessa il frutto proibito del suo Eden-Inferno personale.

La testa prese a pulsarle.

Non riusciva a smettere di pensare, pensare, pensare, colpa, debolezza, grasso, ciccia, schifo. E se l'indomani quell'insignificante fetta di torta avesse generato un'intollerabile inestetismo?!

Le sembrò mancarle il respiro, tra ansie, timori e vergogna per ciò che aveva fatto.

*Hanno ragione loro, faccio schifo, non valgo niente...*

Si avvicinò al papà, mentre gli altri commensali continuavano a popolare la dimensione degli ignari, e gli esternò immediatamente il suo bisogno di aiuto.

Fortunatamente il signor Sandro comprese appieno le ansie della ragazzina e, forte della grande intesa cerebrale (nonostante tutto) che aveva con la figlia, non tardò a premere tutti quei bottoni che avrebbero rasserenato Chiara.

Le disse di non preoccuparsi, e le carezzò i capelli promettendole che il dolce sarebbe stato bruciato il giorno seguente con un'abbondante seduta (si fa per dire) ginnica.

E così, tra tapis roulant, e esercizi vari, la fetta di dolce assunse la forma di tollerabile ricordo trascorso. Ma fino a quel momento di espiazione ginnica, Chiara non ebbe trovato pace.

## **22) MORTE DI NEVE**

Quello era l'anno della gita in settimana bianca e Chiara non voleva assolutamente perdersela.

Ogni preparativo era stato realizzato con la massima cura e l'eccitazione dei giorni precedenti alla partenza, era veramente alle stelle; forse perché alla gita avrebbe preso parte un ragazzino che a lei piaceva da impazzire!

I tempi di Lorenzo, il suo primo amore, erano lontani ormai e Chiara non voleva lasciarsi sfuggire l'occasione di un viaggio da sogno in compagnia di quel nuovo principe azzurro. Era quello a darle l'emozione più intensa: l'idea di trascorrere un'intera settimana lontana da casa, assieme a lui.

Certo, l'amore che stava vivendo aveva dimensione di una cotta adolescenziale fatta di sguardi rubati e di cuore a mille, ma per lei aveva comunque un significato tutto speciale.



Ci teneva tantissimo, non pensava che a quel viaggio da una settimana, ma le sue condizioni fisiche la portarono a non potersi concedere completamente neanche quella gioia. Improvvisamente, durante i preparativi del giorno antecedente la partenza, si ritrovò a vedere nero, preda indifesa di un brutto collasso.

Ho ricordi sfocati di quell'episodio, ma ben rammento i suoi occhi sempre più cerchiati di *ombretto naturale*; occhi da cadavere, pallore di chi sta per cedere alla morte.

E bene ricordo la paura di sua madre nel vederla perdere i sensi e accasciarsi come se l'esile sua vita stesse volandosene via.

La gita sembrava compromessa, ma Chiara non accettava l'idea di vedersi scippare un avvenimento così importante.

Lei voleva, doveva partire.

Era debole al limite dello stare in piedi, ma nonostante questo, quella bambina cocciuta non ripeteva che la parola "gita".

I suoi compagni partirono.

Lei no!

Ma insistette tanto da riuscire a raggiungerli due giorni dopo; era in condizioni precarie, ma non ci fu verso di trattenerla, così ottenne caparbiamente ciò che voleva, in un contesto di neve e vacanza. Era in gita!

Tutto era molto bello e il clima goliardico tipico delle trasferte scolastiche era reso ancor più speciale dal sottofondo sentimentale suonato dal cuore di Chiara. Ogni qual volta incrociava lo sguardo del suo platonico "lui" sentiva al centro del suo petto una sensazione di gioia talmente intensa da risultare quasi un dolore.

Poco più giù, invece, la sensazione era di costante disagio. Il suo stomaco infatti era in continuo subbuglio e mentre gli altri

ragazzi divoravano quasi a spregio ogni sorta di cibi, Chiara si vergognava di mostrarsi mangiare.

Nonostante la sua linea invidiabile aveva sempre pensato che le persone dicessero ciò che affermava sua madre, quando vedeva una persona robusta mangiare (ad esempio) un gelato.

"Mangia, mangia... guarda come sei ridotta!"

Queste parole erano l'emblema di una filosofia di vita basata sull'apparenza, sulla privazione del tutto, pur di raggiungere i canoni estetici tanto sognati; così la ragazzina accoglieva dentro di sé le idee della madre.

Già, Chiara odiava che gli altri la vedessero nutrirsi. Pensava di non averne il diritto. *Lei non doveva mangiare!*

Ricordo ancora il suo sorriso forzato ogni qual volta le veniva servito uno dei piatti che più frequentemente si concedeva.

Quell'insalata affogata nell'aceto era una sorda tortura perché non avrebbe saziato né la fame, né l'occhio.

... Perché la sazietà non era solo una cosa fisica, ma anche mentale; è un bisogno che parte dalla testa, estetico, qualitativo e quantitativo.

In Chiara, tutto era esasperato. Era fissazione. Era ossessione.

È la testa che ci fa beare di fronte ad una ricca tavola imbandita.

È la testa che prova piacere nel contemplare portate esagerate al limite dello spreco; spesso sappiamo di non essere in grado, fisicamente, di ingerire tutto quanto, ma la nostra mente è già soddisfatta dalla vista e dall'olfatto.

Sensi che s'inseguono, si sposano, si amano e vivono la loro passione.

Questa passione mancava a Chiara.

Non se la concedeva, non le era permesso nella sua triste conduzione di una vita alimentare monotona e insapore.

*Priva di gustosi colori e di colorati gusti.*

Quella vacanza iniziata in ritardo rispetto ai compagni, per disgrazia, terminò in anticipo.

Giunse inaspettatamente la notizia di un malore capitato alla nonna di Chiara; le venne chiesto di rientrare e arrivando a casa capì che ad attenderla ci sarebbe stata una verità atroce.

Che cosa ci facevano in casa parenti ed amici?!

Il papà accolse Chiara e la accompagnò nel suo studio, dove le comunicò che la nonna era morta.

Fu un colpo.

Si abbracciarono, padre e figlia.

Un unico dolore.

Un uomo.

Una bambina.

E un unico intenso strazio che li accomunava.

Fu la prima volta che Chiara vide il padre con le lacrime agli occhi.

Fu la prima volta in cui realizzò che colui che aveva sempre visto come un essere superiore, in fondo era *solo*, unicamente, semplicemente, meravigliosamente un uomo.

A questa considerazione, se possibile, le parve di amarlo più di sempre.

I momenti di dolore ebbero il loro culmine durante la recitazione del Santo Rosario, veglia funebre.

La troppa tensione accumulata, sommata ad un'alimentazione pressoché nulla, portarono Chiara ad un crollo, proprio durante quei momenti.

La nonna era morta. Chiara si era candidata per imitarla al più presto...

## 23) ESPULSIONE

Non si può stabilire quando iniziò, con esattezza.

L'[anoressia](#) non è come un raffreddore, dove prima ti senti il naso congestionato e già sai che da lì a poco avrai il tuo bel daffare con fazzoletti e bevande calde.

L'anoressia parte da dentro e il frutto che manifesta la malattia ha radici conficcate nei disagi del tempo.

Ti aggredisce vigliaccamente, scegliendo sempre vittime deboli, dall'esistenza fondata su profonde insicurezze; ragazze che hanno sofferto e stanno soffrendo diventano le sue prede preferite alle quali si attacca per sfinirle, per finirle.

Chiara, tutt'oggi, viene spesso chiamata "La Sopravvissuta" da chi è in confidenza con lei.

Sopravvissuta ad una malattia che, se proprio dobbiamo circoscrivere l'attimo in cui platealmente prese forma, ricordo iniziò come adesso sto per dirvi.

La nostra bambina resistette per anni alle continue pressioni, visse i suoi traumi, i suoi shock, combattendo con la spensieratezza propria dei bambini che giocano vivendo. Ad un certo punto, però, non riuscì più a lottare, e si ritrovò costretta a cedere credendo davvero che l'estetica fosse davvero così importante; che fosse quella la risposta a tutti i suoi problemi, al suo vuoto incolmabile.

Cominciò a saltare i pasti aprendo la porta ad una prima fase dell'*anoressia*, per trovare poi la distruzione nell'altrettanto devastante [bulimia](#).

Abbiamo già parlato della fantastica sensazione che Chiara provava ogni qual volta saliva sulla bilancia. Quel dimagrimento non solo significava l'essere in grado di plasmare il proprio corpo, ma era il raggiungimento della tanto agognata ammirazione degli altri, soprattutto dei suoi.

Le sembrava quasi che l'amassero di più adesso che si era auto convinta di piacere di più.

Insomma, questo dimagrire in modo naturalmente innaturale diede origine a qualcosa che esplose dentro la sua mente. Qualcosa di distruttivo, di devastante, di mortale.

Questo male si alimenta di sensi di colpa e l'idea di avere del cibo maledetto nel suo corpo era una tortura talmente insopportabile che fece mutare il suo modo di soddisfare i bisogni del palato.

Prese a trascorrere interi pomeriggi accanto al W.C.

Lei si accontentava di assaggiare il cibo e di sorberne l'aroma.

Di catturare la sua *apparenza* e poi di liberarlo, *liberandosene*.

Viveva solo in funzione del suo amato-odiato cibo.

Prima attraverso la vista.

Poi chiudeva gli occhi e ne carpiava il profumo, godendo fisicamente di quelle fragranze.

Infine, masticava il tutto.

E lo sputava nel water.

Tutto questo le piaceva. E per la sua mente era un compromesso abbastanza valido perché le dava la sicurezza mentale di non ingerire calorie nemiche.

Si sentiva "paga" nell'assaporare per qualche istante il suo amore di nome Cibo e di segno Proibito.

Era come l'incontro con un amante segreto, e l'alcova era il bagno. Il cibo la coccolava, la cullava e le dava tutto ciò che la sua vita non le aveva concesso.

Era emozione, era trasgressione, era sicurezza.

Era un'Entità, il *suo* cibo.

Sentiva che non l'avrebbe mai tradita.

Era fedele. Era sempre lì, ogni qual volta ne avesse avuto il bisogno.

La soddisfaceva.

Ma contemporaneamente...

La distruggeva, sia emotivamente, sia fisicamente.



Lo amava.

Lo odiava.

Era la sua unica e vera certezza, paladina del bene, demone del male.

La sottile linea che separa amore e odio, spesso, è talmente minima...

Quanta avidità, quanta passione in quel *rito*.

Apriva la scatola con la stessa devozione con cui lo sposo accarezza la propria compagna la prima notte di nozze, poi afferrava un biscotto e lo accoglieva dentro di sé, immobile negli altri muscoli estranei a quei gesti.

Iniziava a morderlo dolcemente, accarezzandolo con la lingua come a voler quasi dimostrare gratitudine a quel piccolo impasto rotondo, rappresentazione culinaria di inferno e paradiso.

Lo masticava, Chiara, fin quando il biscotto non era pronto per essere deglutito. E in quell'istante si piegava in avanti e lo *donava* al W.C. per poi lasciar scivolare tutto con un consolatore getto d'acqua.

Quindi il "gioco" ricominciava.

Biscotto, piacere, colpa, sciacquone.

Neanche una briciola nel suo stomaco e questo la faceva sentire felice, ma non completamente appagata.

Il desiderio di sentirsi scendere nello stomaco ciò che si è appena assaporato è estasiante, e a Chiara mancava questo.

Oh, se le mancava.

Il senso di protezione che Chiara andava cercando nasceva da una fame mentale incontrollabile. Non si trattava di fame fisica, quella l'aveva annientata tempo addietro. La sua fame era una necessità, inconsciamente nascondeva anche il bisogno del suo corpo di nutrirsi, ma l'ossessione era data dalla sua mente bisognosa di pace, di serenità, affamata da quel senso di bisogno,

di appagamento che mai provava. Doveva riempire quel pozzo nero senza fine che si ritrovava nello stomaco.

Quando si è immersi nel vortice di questo male, non ci si rende conto neanche delle cose più banali ed elementari.

*La restrizione porta sempre e inevitabilmente all'abbuffata.*

Restringere l'alimentazione con diete assurde, prima o poi, fa perdere il controllo e la fame diventa ingestibile.

Nonostante questo piccolo stratagemma, Chiara continuava le sue diete, il vero piacere era dato dalla loro unione. Chiara e il suo amato/odiato cibo dovevano essere una cosa sola e questo poteva accadere solo se Lui fosse entrato in lei. Chiara desiderava il mangiare in un modo ossessivo, doveva averlo. Era una calamita impossibile da frenare, era attratta da *lui* senza sapere perché. Era un bisogno ingovernabile. Ecco perché accadde che...

Un giorno identico a molti altri, Chiara consumò il suo (chiamiamolo) pranzo, dopodiché avvertì un impulso impossibile da dominare. Si alzò quasi con fare da automa, percorse il corridoio guardando nel vuoto ed entrò in bagno.

Accelerò nell'ultimo tratto.

Non era voluto, ma iniziò a vomitare ancor prima di raggiungere la tazza del W.C.

In passato aveva più volte tentato di provocarsi il vomito, ma i risultati erano stati solamente quelli di farsi del male. Non solo aveva provato ad infilare in gola le dita, ma ritenendo che non fossero sufficientemente lunghe, presto passò a matite, pettini, e ogni altra cosa che potesse arrivare più efficacemente in profondità.

La mente di Chiara aveva assimilato che per mangiare senza ingrassare era necessario liberarsi di tutto il cibo ingerito. Inconsciamente il corpo aveva cominciato ad obbedire a quel "demone" che la ragazzina aveva dentro di sé. Chiara non

riusciva a provocarsi i conati e così tutto il resto di lei si prese la responsabilità di assolvere questo compito. Fu così che andò avanti per un po', il suo liberarsi del cibo era ormai automatico, era "spontaneo".

Un ricordo doloroso che ho, ha dell'incredibile. Questo altalenarsi aveva ripreso a farla ingrassare un po'.

Durante un rimprovero subito da Chiara "colta sul fatto" a sgranocchiare gli amati biscotti, la bimba si rivolse angelicamente alla madre e con tono rassicurante le disse di non preoccuparsi, perché di lì a poco sarebbe andata in bagno ad espellere ciò che aveva mangiato. Ormai Chiara si affidava a questo appuntamento meccanico malato dopo il pasto.

In tutta risposta la madre le disse... "Forse non vomiti abbastanza", altrimenti non c'era ragione di quel suo nuovo, sgradevole, ingrassare.

La signora Franca non si rendeva conto di quanto fosse pericoloso il terreno sul quale stava procedendo la figlia. La sua non era cattiveria; solo ottusità di fronte ad una malattia ancora non tanto conosciuta. Non capiva quanto male faceva alla figlia con quel comportamento, con le parole taglienti, col suo biasimo. In fondo (e questa è una grossa verità) non abbiamo tutti la stessa sensibilità; ciò che per qualcuno può risultare leggero, per altri può risultare devastante. Anche non consapevolmente.

Ipotizzarono una serie di motivazioni inesatte sul perché di quel comportamento autolesionistico e per chiudere la questione dissero di rimandare la risoluzione al futuro, qualora il problema avesse persistito.

Ormai il tunnel era stato imboccato.

Chiara pensava al suo cibo 24 ore su 24. Il suo cibo. Il suo rifugio, il suo desiderio, il suo amico, la sua vera e unica protezione. Faceva collezione di ritagli di giornali raffiguranti

modelle perfette e ricette di cibo. Le fotografie di quelle prelibatezze la portavano lontana dalla sua realtà. Una realtà che era una prigione da cui non riusciva ad uscire. Erano sbarre dorate fatte di moda, sfilate e perfezione apparente, ma pur sempre di una prigione si trattava.

Come dicevo Chiara e il suo cibo dovevano unirsi, quel suo “amante” doveva *far parte* di lei.

Aveva bisogno di qualcosa di fisico.

La finzione, la simulazione, presto non le bastarono più.

Nonostante questi deliri comportamentali, c'erano momenti in cui Chiara riusciva a sentirsi felice, almeno inizialmente.

Felice di riprendere possesso della linea perfetta, felice di essere ancora ammirata, di poter sfilare ed indossare le stesse taglie delle modelle; felice di non rendersi conto che un organismo vivente, se non si nutre, paga un prezzo molto alto: il prezzo della vita.

Ma poi, iniziò.

A vomitare.

E non smise più per infiniti, interminabili anni di inferno terrestre.

Anni che videro il bene e il male fondersi in un'unica cosa; anni che non permettevano a Chiara di distinguerli.

Anni durante i quali il suo potere decisionale era stato annullato e lei, povera piccola, doveva fare (e faceva) solo quello che il demone del momento le imponeva di fare.

Decise dentro di sé, che quel comportamento “spontaneo” doveva essere la sua arma per ottenere ciò che desiderava dal suo corpo. Gestirlo. Guidarlo.

Capitava con una certa frequenza che il senso di colpa per aver assunto cibo la facesse star male. Ma non fu solo relativo al cibo.

Poco per volta, la sensazione di essere in fallo, di provare una colpa costante diventò la prassi, e presto mutò d'intensità tanto da farla sentire in colpa per il solo fatto di essere nata.

Forse fu per quello che il suo fisico decise di espellere forzatamente ciò che la mente violentemente rifiutava.

La testa odiava il cibo.

Il corpo lo vomitava. Cacciava la vita, dato che il cibo è vita.

Rifiutava, cioè, l'unica forma di sostentamento; l'autodistruzione aveva avuto inizio.

Il tunnel era stato imboccato.

Un tunnel buio come la notte più disperata.

Un tunnel dall'odore di vomito e morte.

Chiara aveva capito come comprimere il proprio stomaco. Il suo corpo l'aveva capito e aveva obbedito ai sensi di colpa della mente. Ormai Chiara sapeva vomitare a comando...

Non aveva neanche bisogno di stimolare il rigetto con le dita in gola.

Ci riusciva così, semplicemente chinandosi in avanti ed espellendo qualunque cosa la *sua mente avesse ingerito*, addirittura il succo di una caramella dietetica.

Inizialmente questo sembrò alla ragazzina un metodo assai efficace, ma aveva sempre il timore di non riuscire mai a liberarsi della vivanda ingerita.

Inoltre, non appena lo stomaco si era riassetato, Chiara riprendeva a mangiare per placare, sia la fame, sia il desiderio mentale di cibo; ora infatti, convinta di potersene disfare a piacimento evitava di precludersi certi peccati di gola.

Intanto, Chiara vomitava.

E ad ogni conato in cui sentiva lo stomaco in fiamme, riecheggiano nella propria mente le parole della madre. Tuoni che le ricordavano quanto facesse schifo e quanto i familiari si vergognavano del suo aspetto. Aveva così il terrore di non



riuscire a rimettere tutto e l'idea che anche una sola briciola venisse assimilata era dolorosa come un chiodo arrugginito piantato nel cervello.

Stava lì, curva sul suo water e si sforzava di espellere tutto, cosa all'inizio neanche troppo difficile.

Mano a mano che la tortura volontaria proseguì nel proprio folle danno, l'efficacia del gesto divenne sempre più difficile, tanto da raggiungere le due, tre ore, per riuscire a vomitare. Già. Due o tre ore nelle quali Chiara si sforzava fino alle lacrime. Sudata e piangente, si ritrovava un'espressione solo lievemente felice ogni qual volta produceva un piccolo fiotto dal fetido odore, macabra miscela tra succhi gastrici malati e sangue.

Avrebbe vomitato l'anima se le fosse stato possibile, ed era quello il suo vero intento; lei cercava la morte nel suo disperato desiderio di vita.

Era un grido di dolore, un grido per affermarsi solo ed esclusivamente per quello che era la sua natura; desiderava essere "Chiara" nella sua semplicità e non la proiezione di ciò che gli altri decidevano essere la rappresentazione del "bello"!

#### **24) ABBUFFATA - pagina di diario –**

*Noooo diario mio cos'ho fatto?  
ma perché cosa mi succede Dio voglio morire  
è finita è finito tutto  
ogni singolo sacrificio è andato a farsi benedire non so cosa sia  
successo ancora adesso non me lo spiego ho fatto la cosa più  
brutta che potessi fare  
mi faccio schifo  
aspetta cerco di respirare un attimo e ti racconto tutto*

*oggi come al solito mi sono svegliata alle 5.00 per fare un po' di corsa di sotto sul tapis roulant sono andata a scuola e al mio ritorno come sempre nuovamente in palestra per sgonfiarmi un po' sai quanto io mi senta costantemente gonfia proprio come una mongolfiera*

*quando sono salita in cucina per mangiare il mio yogurt che tengo rigorosamente nel freezer ho deciso di accompagnarlo con due biscotti integrali alla soia quelli del babbo*

*sai mi sentivo un po' debole e oggi avrei dovuto studiare tanto dato che domani avrò il compito in classe di inglese*

*quando ho aperto la scatola dei biscotti il loro profumo mi ha avvolta completamente è sceso il buio io non ero più io e nell'arco di qualche minuto ho ingerito l'intera scatola tutta proprio tutta capisci che tragedia?*

*tutte le ore di sport si sono dissolte in pochi minuti*

*voglio morire non reggerò questa delusione io che riesco sempre a resistere alle tentazioni dei peccati di gola io che posso tutto tramite il mio corpo*

*un'altra me ha preso il mio posto una Chiara maledetta ha voluto annientare tutti i sacrifici che faccio quotidianamente*

*tutta quella robbaccia andrà a riempire i cuscinetti quella robbaccia è dentro di me*

*le mie gambe diventeranno enormi e solo perché non sono riuscita a dire di no*

*mi odio maledetta io e il mio non avere carattere*

*ma sai il fatto è che io non ho deciso coscientemente di mangiare quei biscotti non ne ho neanche sentito il sapore porca miseria*

*neanche il gusto è arrivato in bocca*

*ma che cavolo è successo?*

*un incubo ad occhi aperti*

*aprivo la scatola e poco dopo al suo interno non c'era più nulla*

*dove mi trovavo in tutto questo?  
se solo tu potessi rispondermi caro diario  
non appena è accaduto ho telefonato al babbo piangendo come  
una matta lui era in azienda a lavorare e io l'ho disturbato con  
le mie paranoie  
mi ha tranquillizzata ha detto che domani andremo insieme in  
palestra e mi aiuterà a smaltire tutto ma così ho perso giorni di  
sacrifici è da circa un anno che la mia vita alimentare è triste  
priva di sapore priva di colore ma almeno così tenevo tutto sotto  
controllo  
oggi non c'è stato controllo  
e ora dovrei studiare  
ma come faccio?  
non perdonerò mai questa Chiara che vuole farmi ingrassare  
aiutami tu perché io da sola sento di non riuscire a sopportare  
una delusione così grande sento il dolore dello stomaco pieno  
come un uovo e la disperazione delle calorie ingerite che mi  
bruciano dentro dandomi un vero dolore fisico  
diario mio stammi vicino aiutami a sopportarmi  
ora ti saluto ho bisogno di piangere un po' devo sfogarmi  
liberarmi  
sì liberarmi  
mi odio*

## **25) LO SVILUPPO**

Chiedeva solo di essere sé stessa.

Bambina, quand'era bambina.

Ragazza, quand'era ragazza.

Niente di più.

Voleva germogliare e crescere come una qualunque delle tante  
coetanee che si ritrovava ad invidiare per la vita normale.

Le osservava a scuola, le osservava per strada e in qualche modo si sentiva diversa, anni luce distante a causa della sua *anormale normalità*.

Normalità nelle piccole cose, normalità in tutte quelle tappe fondamentali che segnano la crescita di una qualunque ragazza. Una mattina, recandosi al bagno, notò sul pavimento delle gocce di sangue, ma non ci fece caso più di tanto, e continuò i preparativi per uscire e andare a scuola.

Il vapore che saliva dal lavabo, presto dissolse il pensiero di ciò che aveva distrattamente notato, ancora addormentata e Chiara iniziò a lavarsi il viso, pettinarsi, spogliarsi, e...

Quando tolse gli slip, uno spavento terribile le occluse la gola. Cosa poteva essere tutto quel sangue? Cosa stava accadendole? In preda al terrore, chiamò la madre, che accorse prontamente alle grida della figlia.

Il mento di Chiara tremava mosso dallo sgomento di chi non comprende cosa sta capitando, e il vedere la mamma portarsi le mani alla bocca non aiutò certo la piccola a calmarsi.

“Mamma, cosa mi succede?”.

Ma la signora Franca non rispose, iniziando a singhiozzare.

Ancora, Chiara, invocava il nome della mamma, affinché le spiegasse, affinché le donasse sollievo, ma la donna quasi ignorava la disperazione della bambina.

Poi, d'un tratto, come rassegnata e folgorata allo stesso istante, si asciugò gli occhi e senza guardare la figlia, ma perdendo lo sguardo nel vuoto dello sconforto, disse solo una frase: “Ora non dimagrirai più...”.

Come?

Che cosa volevano dire quelle parole?

Poco più tardi Chiara apprese di essere diventata “signorina”, e quel sangue altro non era che il primo ciclo mestruale della sua vita.

La sua crescita venne salutata dalla famiglia in quel modo, e anche in quel caso non le restò che trovare conforto fuori di casa, tra i sorrisi delle maestre e gli abbracci delle amiche che avevano già vissuto quell'esperienza (festeggiata, anziché maledetta).

Così Chiara visse dentro di sé il suo primo vero passo verso il diventare donna. Chissà come ricorda la sua mamma quel giorno in cui la piccola fece entrare la sua femminilità nella loro casa?!

Vivere significa crescere e lei constatava ogni giorno di più, che il diventare grande era fonte di sofferenza.

Questa malattia cerca subdolamente di arrestare la crescita, di annullarla, brama la distruzione assoluta. Convince la vittima di turno a rifiutare la sua maturità, tanto che Chiara prese a respingere il suo diventare donna.

La spaventava.

La infastidiva la sua femminilità.

Cos'erano tutte quelle strane nuove forme, quelle protuberanze che spuntavano dal suo corpo ancora acerbo?!

Desiderava addirittura essere maschio.

Pensava dentro di sé che per i ragazzi fosse tutto più facile.

Crebbe in compagnia di maschietti e li vedeva tutti più felici e disinteressati verso le costrizioni che il *dover essere belli* comportava.

La frase di rito era: “Se bella vuoi apparire, le pene dell'inferno devi soffrire”.

Questo era il detto.

Questo Chiara non lo voleva.

Confusione, costrizioni e contraddizioni erano il suo pasto obbligato quotidiano.

Questo sentiva la piccola che stava diventando donna.

Quella donna non doveva essere.



Né bambina, né donna, né uomo. Cosa sentiva di essere Chiara nella sua piccola testa?! Non lo sapeva, non riusciva ad identificarsi in nulla.

*Forse era il nulla.*

## 26) LA GASTRITE

Una mattina di pioggia simile a molte altre, vedeva la nostra piccola Chiara soffiare vapore sui vetri delle finestre che davano sulla strada.

Il viso, di un pallore funereo, altro non era che lo specchio di un'anima che nulla aveva da spartire con lo spirito naturalmente floreale di una qualunque adolescente in crescita.

Un filo di triste rugiarda solcava di lacrime il deserto di un volto troppo giovane per essere così vecchio.

Lacrime di cielo, fuori, pioggia di angeli disperati nel vedere una giovane vita che stava ponendo fine a sé stessa attraverso barbare torture.

Neanche sentì, Chiara, la voce della mamma che le chiedeva con (apparente) apprensione come stesse il suo stomaco.

Erano circa dieci giorni, infatti, che la bambina accusava terribili dolori addominali, in particolare all'altezza dello stomaco, organo usato ed abusato, coccolato e torturato, appagato e sevizato.

Non stava bene. Assolutamente non stava bene, ma tra sogni televisivi e qualche rifugio alimentare riuscì a trascorrere la giornata in maniera quasi accettabile, anche se mai come in quell'occasione sarebbe risultata adatta l'espressione "tiro a campare".

Il consiglio del medico curante era platealmente chiaro: ricovero in ospedale non appena si fosse ripresentata una nuova dolorosa crisi.

Come se quel parere professionale si fosse trasformato in anatema, la notte iniziò avvolta nel silenzio di una città che dorme, ma con le grida disperate di una bambina che sta vivendo dolori indicibili.

Il sonno, quella sera, aveva avanzato con fare spavaldo, facendo scivolare la stravolta ragazzina tra le proprie spire di serpente incantatore, capace di donare sollievo con il suo abbraccio avvolgente e riposante.

Improvvisamente, quando il respiro del mondo era talmente lieve da permettere di captare tutti i flebili segnali e ticchettii impercettibili di giorno, un lamento strozzato si affacciò dal buio, sforando in un'improvvisa abat-jour accesa con mano sicura.

La gialla e fredda luce della lampada illuminò la smorfia di dolore di una bambina, Chiara, piegata su sé stessa in posizione fetale, le braccia avvolte attorno al dolore.

Tanto era intenso il male che stava provando, che non riusciva a respirare, tantomeno a chiedere aiuto.

Con la fronte inzuppata di freddo sudore, Chiara lanciò uno sguardo alla porta distante solo un paio di *impercorsibili* passi. Sentiva il suo stomaco esplodere di fuoco, come se fosse stato travolto da una colata lavica che le impediva il minimo movimento.

Con gli occhi sbarrati dal dolore, si concentrò raccogliendo ogni minima forza e scivolò giù dal letto, iniziando a trascinarsi lentamente verso il corridoio.

L'inquietante quiete notturna la avvolgeva nei movimenti rendendo quell'avanzare carponi il macabro procedere di un condannato a morte.

Solo un debole sussurro usciva dalle labbra contratte dal dolore; umida di pianto e gorgogliante di sofferenza, la parola "aiuto" risultava quasi incomprensibile.

I suoi, però, non l'avrebbero comunque potuta percepire, immersi nella rassicurante tregua del sonno.

Ancora una fitta, piccola Chiara; ancora un ferro rovente piantato nel tuo stomaco.

Nuove lacrime sgorgarono e proprio non so dove quella bambina trovò la forza di continuare a trascinarsi verso la camera dei genitori.

Attimi interminabili.

Ancora qualche metro d'incertezza.

Poi...

Riuscì ad appoggiare una mano sul braccio del papà disteso sul letto, continuando a piangere e non riuscendo a alzarsi da terra.

La corsa in ospedale nella notte non è altro che un ricordo scomposto, disarticolato forse anche dalla corposa dose di iniezioni calmanti che Chiara dovette subire.

Ricordo solo la forte mano del papà avvolta con amore e preoccupazione attorno a quella della bambina stravolta da dolore e fatica.

La notte in ospedale è di per sé provante, ma non è nulla in confronto all'insieme di esami e accertamenti che dovette subire Chiara il mattino seguente

Con prepotente determinazione scientifica medici ed infermieri la invasero con ogni sorta di controllo e nessuna parte del suo giovane corpo risultò inviolata.

Purtroppo si cercavano ragioni di carattere fisico come causa di quanto era accaduto quella notte e a nessuno venne in mente che le ragioni scatenanti erano esclusivamente concernenti l'ambito psicologico.

Al termine delle analisi emerse comunque una grave forma di gastrite acuta, talmente marcata da mettere quella ragazzina a rischio d'ulcera.

Questo fu uno dei sintomi e conseguenza di ciò che Chiara incontrò dopo essersi smarrita nei terribili labirinti della propria mente.

Ormai era in prigione.

## 27) AMENORREA

A questo punto risulta necessario il tener presente alcune questioni.

Paragonabile a un violento uragano, la malattia di Chiara, non recava con sé solo vento e pioggia, ma una serie inimmaginabile di conseguenze su tutto lo svilupparsi della vita dentro di lei.

Era come se il suo corpo avesse dimenticato quali erano i regolari bioritmi, prendendo ad assumere, come padrona d'iniziativa, i comportamenti meno naturali.

Tra i vari problemi di carattere consequenziale, insorse l'amenorrea, ossia la totale assenza di ciclo mestruale.

Inizialmente, per i primi mesi, non fu dato molto peso alla cosa, ma il protrarsi dell'assenza del suo essere donna a tutti gli effetti, la portò a invocare l'intervento della medicina ordinaria.

Dopo aver ricevuto pareri e opinioni da parte di più professionisti, iniziò una cura che ricordo più facilmente a causa delle dolorosissime iniezioni, che per la loro efficacia.

Purtroppo, quelle iniezioni a base ormonale, sommate all'utilizzo della comune pillola, costituivano un cocktail decisamente provante per un organismo già debilitato come quello di Chiara.

A gettare benzina sul fuoco, dopo un considerevole periodo di inutili cure, le venne rilevata la presenza di grappoli di cisti intorno alle ovaie.

Il suo essere femmina, e in futuro, madre, *sembrava* definitivamente compromesso.

Inutile raccontarvi lo sconforto di quella famiglia di fronte a situazioni del genere.

Oltre al demone sconosciuto della malattia, ora Chiara era costretta a subire attacchi su tutti i fronti. Attacchi con tutta probabilità, figli stessi della malattia.

Ma è proprio quando tutto sembra irrimediabilmente perduto che può verificarsi l'insperata svolta.

Né io, né nessun altro può trovare spiegazione a ciò che accadde; senza sapere come, la gracile Chiara, la fragile Chiara, la spossata Chiara trovò la forza di ribellarsi a quelle assurde regole del gioco.

Quali ragioni c'erano di proseguire delle cure che portavano solo un beneficio a termine?

Quali ragioni c'erano per proseguire delle cure che non portavano nulla di definitivo?

Forse è nello sviluppare questo interrogativo che Chiara trovò la chiave per far filtrare un primo raggio di SOLE dentro di sé.

Disse semplicemente "basta" a quell'inefficace protrarsi della cura.

Disse "basta" a qualcosa a cui non credeva più.

E non smettendo di credere iniziò a farlo!

Cominciò a *credere in sé*.

Cominciò a brillare di luce propria, ancora in maniera flebile, ma pur sempre una qualche forma di luce.

Più di un medico provò a convincerla direttamente, poi ricorrendo ad un colloquio con i genitori senza mezzi termini.

Sostenevano con inappellabile drasticità scientifica che se non si fosse continuata la cura, le ovaie si sarebbero atrofizzate rendendola definitivamente sterile.

Fu proprio il vivere quelle consulenze, incontestabilmente pregne di empirica *crudeltà* (come fossero degli affronti) a stimolare l'opposizione della ragazza.



Non accettava che fosse qualcun altro a decidere per lei e per il suo corpo.

Improvvisamente, come un semaforo verde che in un istante cambia il flusso del traffico, Chiara optò per il sospendere ogni tipo di cura.

Ovviamente, la preoccupazione da parte di tutti era moltissima. Oltre ai medici, professionalmente impegnati, nel dissuaderla da quell'atteggiamento, a loro avviso, controproducente, si sommò il comprensibile sconforto dei familiari.

Il papà le parlava amorevolmente, cercando di farla ragionare, La mamma si lasciava andare a vere e proprie crisi di pianto, alternandole di tanto in tanto con rimproveri fatti di preoccupazione rivolti alla cocciutaggine della figlia.

Ma non ci fu modo di convincerla, questa volta.

Sospese ogni tipo di cura tradizionale; cominciò a bere argilla.

Preparava, la sera, un bicchiere di acqua e argilla verde essiccata al sole, per poi berla il mattino seguente a digiuno.

Con un cucchiaino di plastica o legno (assolutamente non di acciaio – come da istruzioni sulla confezione decantanti energie cosmiche positive e negative), mescolava per circa un minuto la terra nell'acqua, fino a renderla pronta per essere ingerita.

Ogni ciclo di assunzione doveva durare non più di tre settimane per poi dare spazio ad una pausa di una settimana. Era necessario fare molta attenzione nel seguire perfettamente la successione della cura, perché eccedere avrebbe potuto causare un intasamento delle vie arteriose, con conseguenze disastrose.

Comprò diversi manuali che spiegavano gli incredibili effetti benefici di questa funzione, tanto da convincere anche la mamma sui presunti benefici naturali della “pozione”. Così, ogni sera preparavano con tanto amore due bicchieri pieni di terra, da consumarsi la mattina seguente.

Questo per quasi due anni.

Chiara aveva deciso che il ciclo mestruale, se mai si fosse ripresentato, avrebbe dovuto farlo grazie alla forza del suo volere, del suo stare naturalmente meglio.

E così andò.

Dopo un'attesa lunghissima, dentro alla quale regnava la sfiducia di chiunque, ecco ricomparire, quasi inspiegabilmente, il rosso flusso di donna.

Tra l'incredulità generale si diede il via a svariati controlli e innumerevoli ecografie:

tutto stava tornando alla normalità, comprese le cisti, che da follicoli acquosi quali erano, furono assorbiti nel tempo dalla regolare ripresa del ciclo.

A mente fredda e provando a fidarsi più della razionalità che dell'istinto, non saprei dire se davvero fu utile l'ingerire tutta quell'argilla.

Fatto sta che dal punto di vista psicologico, quella bevanda risultò essere un sostegno morale. Fu come lasciare la certezza della medicina tradizionale per addentrarsi in una missione tutta personale.

Quella sostanza era un valido oggetto di speranza, uno strumento che consentiva di credere nel raggiungimento di un traguardo.

E quella meta, quello scopo arrivò.

Consentitemi, però, un doveroso appunto.

Mi rivolgo soprattutto a tutte quelle ragazze che stanno vivendo la malattia.

In questa narrazione, si parla esclusivamente della vita di Chiara; fu lei, quella volta, ad assumersi la responsabilità della decisione di abbandonare le cure, e fortunatamente tutto andò bene. Ma i rischi erano tanti. Avrebbe potuto seriamente rimanere danneggiata a vita per questo atto di incosciente coraggio.

Nel pieno della malattia non si è mai totalmente lucide per prendere decisioni del genere, per cui è sempre consigliabile affidarsi al sapere di veri esperti.

## 28) EFFETTI COLLATERALI

È incredibile pensare a come il nostro sistema difensivo sia ben funzionante.

Ci sono settori della nostra reattività alle condizioni che governano in modo indipendente il modo di comportarsi del nostro organismo.

Basti pensare al colorito abbronzato che assume la nostra pelle ogni qual volta, d'estate, ci esponiamo a bagni di sole. Quel colorito così apparentemente salutare, come tutti sanno, altro non è che una difesa del nostro corpo costretto alle radiazioni UV.

Chi soffre di anoressia pare fare di tutto perché il proprio corpo continui quel processo di scellerata autodistruzione.

Ma nonostante l'inesistente modo di nutrirsi e le mortificazioni quotidiane dovute allo scellerato rapporto col cibo (sia esso rifiutato o espulso), c'è comunque una parte del corpo dell'anoressica che continua stoicamente la sua funzione vitale, ultimo baluardo di un'anima che non vuole cedere.

La ragazza che soffre di anoressia, poco per volta, vede aumentare sul proprio corpo una scura peluria.

Nella sua stranezza, tutto è perfettamente logico: in quel fare di autodistruzione il fisico non alza ancora bandiera bianca e risponde all'eccessivo freddo anoressico che la magrezza provoca con un "rivestirsi" naturale.

È davvero sensazionale questo rincorrersi tra vita e morte.

Da un lato il drastico rifiuto del cibo (simbolo di vita); dall'altro, l'opposizione del corpo al volersi arrendere.

Una continua lotta fatta di sofferenza, di dolore, di speranza, di desideri repressi, poi sfogati nell'eccesso.

Voglia di andare avanti, voglia di farla finita.

Speranza di farcela da soli che diventa illusione di sopravvivenza quotidiana.

E come unico denominatore, la vita nella sua globale molteplicità di significati che possiamo suddividere in voglia di vivere e mortificazione della stessa.

## **29) LA MALATTIA – pagina di diario -**

*Io non capisco ogni giorno mi riempio la testa e il cuore di buoni propositi*

**DA DOMANI BASTA ABBUFFATE**

*da quanto tempo è che me la racconto?*

*da quanto tempo mi illudo di poter vincere questo male che è una sorta di cancro al cervello?*

*è inutile che io mi illuda lui è più forte di me*

*la Chiara cattiva che chiamo da sempre Francesca mi vuole morta e io non riesco a contrastarla*

*ogni istante provo a resistere all'impulso maledetto dell'abbuffata ma inesorabilmente fallisco e continuo con la solita cantilena*

**NON CE LA FACCIO PIU' VOGLIO MORIRE**

*provo uno schifo pazzesco verso me stessa*

*ma è mai possibile che la mia testa abbia tutto questo potere su di me?*

*è mai possibile che non riesca minimamente a decidere di seguire la strada del bene invece che quella del male?*

*e quel che è peggio è che dipende tutto da me questo non è un male che si può guarire con le medicine si tratta di un male psicologico la mia testa può farmi vivere o portarmi alla morte e io non riesco a combattere questo spirito distruttivo che ho dentro*

*maledetto maledetta me e il mio non riuscire a reagire quando mi dicono che dipende da me mi viene un nervoso tale che spaccherei tutto intorno*

**NON CE LA FACCIO**

*possibile che nessuno capisca che non è una mia volontà quella di mangiare chili di schifezze?*

*la mamma si arrabbia quando trova il frigorifero vuoto e in parte ha ragione ma io non sono semplicemente golosa come dice lei*

*come faccio a spiegarle che quello che mi spinge a fare quelle cose è una parte di me che io non riesco a gestire?*

*è come una calamita incontrastabile quella che mi spinge verso il mio cibo*

*che rabbia mi sento impotente davanti a me stessa*

*mi guardo allo specchio e provo uno schifo pazzesco mi odio perché quando ho bisogno di mangiare non guardo in faccia a nessuno calpesto chiunque si trovi sulla mia strada anche ieri sera*

*mi vergogno di me stessa*

*ero con il mio amore poveraccio a dover star dietro ad una come me*

*per l'ennesima volta ho fatto l'amore con lui per poter arrivare al mio scopo*

*avevo bisogno di un'orgia alimentare mi pulsava tutto il corpo sentivo dolori ovunque stavo male*

**DOVEVO MANGIARE**



*siamo stati insieme e io non ho pensato a lui neanche per un momento  
volevo che stesse bene ma per arrivare alla mia meta malata  
stavamo lì a letto e la mia mente immaginava grandi immensi  
buffet  
vedevo panini ovunque  
salse  
lasagne  
immaginavo cibi pregni di olio  
come posso comportarmi così verso una persona che mi  
dimostra amore?  
ovviamente lui non si è accorto di nulla ma appena abbiamo  
finito io sono corsa in cucina mentre lui si è addormentato  
ma che razza di male terribile è questo che mi obbliga ad  
arrivare a bassezze simili?  
non sono più io  
questa persona non è Chiara  
a volte mi sento quasi indemoniata  
quella parte folle che è dentro di me io non la conosco non sono  
io  
ieri sera sempre per facilitarmi il tutto ho bevuto parecchio  
alcool  
mi faceva schifo il pensiero di fare sesso e così mi sono  
anestetizzata e sono ricaduta nel solito errore  
eppure ormai dovrei saperlo che quando bevo il bisogno di  
mangiare aumenta spropositatamente  
non più tardi di una settimana fa la mamma mi ha trovata  
svenuta nel bagno  
ero a terra e non riprendevo i sensi fra alcool cibo vomito  
poveri genitori quante ne stanno passando a causa mia  
che senso ha vivere così?*

*perché devo vivere così in questa prigione dorata invisibile da fuori  
una prigione solo mia che mi fa trasformare in una persona che odio con tutta me stessa  
ogni mezzo è buono per raggiungere il mio scopo  
ora sono stremata mi sento molto debole ho vomitato ininterrottamente per quasi due ore  
non so dire quanta roba sia riuscita a spingere a forza dentro al mio stomaco prima di correre in bagno per liberarmi di tutto  
mi vergogno tanto non ho più dignità e sento sempre dolori sparsi per tutto il corpo  
sento questo vuoto che è come un pozzo nero senza fondo una voragine che devo assolutamente riempire con la vita con il cibo con il mio amato/odiato cibo  
l'unico capace di darmi un po' di sollievo  
ma poi cosa succede subito dopo?  
devo liberarmene perché quelle calorie mi farebbero perdere questa falsa sicurezza che la magrezza mi regala  
la rabbia più grande viene dal fatto che razionalmente capisco tutto  
mi rendo conto di tutto ma poi la Chiara cattiva prende il sopravvento mi spazza via e mi fa tutto il male che mi sta facendo anche ora  
e nessuno mi capisce io desidero solo la morte  
ormai sono anni che vado avanti così  
sono anni di sotterfugi  
purtroppo divento incredibilmente astuta quando voglio mangiare  
che vergogna quante schifezze ho fatto quante leggerezze ho commesso  
come ti ho detto ho appena vomitato*

*è incredibile come questo atto mi metta subito davanti alla più devastante realtà subito dopo il vomito se riesco a non continuare a mangiare mi prende la disperazione penso che se un giorno mi ammazzerò sarà proprio durante uno di questi momenti ma diario mio sappiamo bene entrambi che non ho le palle neanche per farla finita e quindi continuerò a morire vivendo sì perché ormai sono morta dentro nulla mi fa contenta non provo interesse per nessuna cosa che non sia il cibo lo sogno lo vedo ovunque e lo bramo maledetto io so che ogni volta che rimetto rischio la vita e così cosa faccio? continuo a vomitare ancora e ancora sperando la tanto attesa emorragia interna che forse mi porterà un po' di pace un'emorragia e in venti minuti è finito tutto e invece niente continuo a espellere sangue ma ahimè sono solo i capillari a rompersi la mia vita è fatta di sangue e lacrime ormai non so che devo fare so solo che voglio morire è l'unico mio desiderio perché tanto so che non guarirò mai*

### **30) BOLOGNA**

Era l'anno del concerto di Eric Clapton a Bologna e le strade di tutta la Romagna erano tappezzate da centinaia di manifesti pubblicitari l'arrivo di "Slow hand" nel capoluogo emiliano.

La bulimia di Chiara marciava prepotentemente lungo il suo cammino distruttivo, sfigurando letteralmente la nostra bambina.

Gli occhi erano ridotti a due nere orbite di teschio e il colore cadaverico del volto, ben s'intonava all'aspetto scarno e insalubre di quell'adolescente tutt'altro che in fiore...

Ma la cosa più dolorosa da ricordare era la totale, assoluta, mancanza di luce nei suoi occhi.

Il brillare felice, la voglia di ridere, di scoprirsi, di innamorarsi, erano completamente assenti nel viso di Chiara che sto rimembrando in questo momento.

Ridotta al limite del guardabile, quell'insieme di pelle e ossa venne ricoverata in una nota clinica di Bologna.

Avrebbe preferito recarsi per concerto in quella città, ma quella era la sua vita e accettò quell'ingresso in clinica, moralmente costretta dalla preoccupazione dei suoi cari, volti a tentare ogni modo per salvarla. Ma in quel periodo, si trovava nel pieno occhio del ciclone e non si rendeva conto di essere in pericolo di vita; era cieca mentalmente, e la malattia risultava così dannatamente tenace...

Appena giunta in ospedale venne fatta accomodare in quella che sarebbe stata la sua casa di quei giorni.

A ben guardarla, non si può neanche dire che fosse triste in quella situazione.

Sembrava... era... un concentrato di passività.

Era lì per sottoporsi ad esami e per nutrirsi artificialmente, ma erano entrambe cose che parevano non toccarla troppo, quasi non la riguardassero.

Un che di realtà lo assunse il momento in cui iniziò il nutrimento attraverso le flebo.

Chiara, distesa sul letto, guardava il pallido soffitto illuminato dal triste occhio del neon al centro della stanza, quando entrò il medico assieme ad un'infermiera.

Chiara pensò alle solite, comuni flebo, ma non fu così. Perché adoperando flebo tradizionali, c'era il rischio che la ragazzina si togliesse il nutrimento artificiale, data la sua paura di ingerire calorie che l'avrebbero fatta *ingrassare*.

Il personale medico recava con sé con sé una cannuccia di plastica, un corposo catetere, che di lì a poco sarebbe entrato nel braccio della malcapitata paziente.

Non alla prima, riuscirono ad “innestare” la cannula nutritiva nel braccio della ragazza e lì la lasciarono a trascorrere la notte, assente nei pensieri, presente nel dolore.

Quella cosa nel braccio restò a torturare i movimenti di Chiara per un'intera settimana, durante la quale le vennero effettuate svariate analisi, tra cui una tremenda gastroscopia.

Quest'ultima non si consumò esclusivamente nel tubo che entrava dalla bocca per arrivare fino nel profondo; al termine della visita, con un umiliante incisione dolorosa nell'intimità fisica e mentale, venne prelevata una piccola parte del tessuto rettale.

Chiara tornò in camera distrutta più di quanto non fosse stata il giorno in cui varcò la soglia della clinica.

Ferita nell'orgoglio, Chiara si distese di nuovo sul letto e gli occhi umidi di lacrime, si spensero di nuovo vacui verso l'indifferente soffitto, annoiato ed avvezzo alla sofferenza umana.

Ad ogni modo, i giorni passavano anche in quel Purgatorio Terreno, tanto da presentare alcune giornate apparentemente normali.

Già, normali, nella normalità di Chiara.



Nonostante le rovinose condizioni fisiche, la ragazza deambulava tra i corridoi servendosi di quegli strani trespoli atti al sostegno delle flebo.

Si spostava per andare in bagno.

Ma non per bisogni fisiologici.

La sua necessità era quella di vomitare.

In maniera guardinga, la ragazza si assicurava di non essere osservata, dopodiché si trascinava in bagno con tanto di flebo e rimetteva liquidi, aggiungendo, allo sforzo addominale e gastrico, quello per il sostegno dell'attrezzatura metallica.

Spesso vomitava senza aver ingerito nulla di solido, lei rifiutava i liquidi che a forza le entravano nel braccio, ma il suo corpo non li voleva e la costringeva in cascate di acidi giallastri che nascevano direttamente dal suo provato stomaco.

Questo andò avanti per un po', fin quando improvvisamente, durante una visita in bagno, Chiara sentì dapprima un formicolio alle gambe e subito dopo non sentì più nulla.

Si annebbiò la vista, le gambe cedettero e la ragazza si ritrovò per terra, sdraiata nel proprio vomito incapace di capire cosa stava accadendole.

Spaventata a morte, sia per l'insensibilità delle gambe, sia per l'improvvisa cecità, Chiara iniziò a gridare disperatamente, richiamando l'attenzione del personale di turno.

La raggiunse per prima la madre, che la vide dibattersi preda del terrore e con le dita a massaggiarsi gli occhi, come se questo potesse restituirle la vista.

Accorsero medici e infermieri e di peso la riportarono a letto, dove la nostra bambina, non dava cenno di calmarsi.

Nel buio più disperato, sentiva voci concitate attorno sé, la cui parola comune modulata dai vari timbri fu "collasso".

Voci preoccupate si mischiavano ai singhiozzi della mamma, in piedi, forse, lì sulla sinistra.

Chiara sentiva il calore della luce che le veniva sparata negli occhi, voci, voci e ancora voci di gente che la toccava, la pungeva, la analizzava.

Tutto questo inseguirsi di scene di paura si consumò in un arco di quarantacinque interminabili minuti.

Minuti di terrore, minuti di concreta certezza di non farcela, minuti in cui, nonostante la pressione bassa a livelli incredibili, Chiara rimase totalmente in grado di percepire ciò che stava avvenendo intorno a lei, in lei.

Come un buio incubo ad occhi aperti, tutto si dissolse grazie alla prontezza dell'intervento medico, ma quello risultò un vero e proprio passaggio di Chiara nei sentieri della morte.

La vista ritornò e anche la sensibilità alle gambe e mai la sensazione di sentirsi *quasi* viva fu tanto gradita.

Quel giorno la morte la sorprese a Bologna, ma non riuscì a compiere lo scellerato gesto di portarla con sé.

### **31) KASSEL (Germania)**

Parallelamente ai propri drammi, Chiara continuava a vivere una quotidianità apparentemente normale, fatte di risate in famiglia, feste con gli amici e, ovviamente, avventure scolastiche.

Il liceo che frequentava prevedeva frequenti viaggi studio per approfondire le conoscenze linguistiche, ma le condizioni psicofisiche che accompagnavano l'essere Chiara non le consentirono di prendere parte a molti di essi.

Quella volta, riuscendo a strappare una preoccupata approvazione da parte dei genitori, decise di partecipare ad una trasferta in Germania, destinazione Kassel.

Ciò che maggiormente interessava Chiara non era tanto il viaggio in sé, quanto l'idea che il variare la vita di tutti i giorni

potesse portare cambiamento dentro la sua mente, quindi dentro la malattia.

Fare una cosa normale, per ragazzi normali, le dava la speranza di poter sconfiggere il demone che albergava nei labirinti della sua psiche.

Speranza che condividevano sia i medici che la seguivano, sia i familiari. Chissà, forse durante quel viaggio, avrebbe potuto trovare in sé il *click* della guarigione. Era un rischio, ma necessario da correre.

Così, bagagli alla mano e piena di desiderio di stare bene, i suoi genitori la guardarono partire, Chiara e la malattia, augurandosi che a rientrare dalla vacanza studio fosse solo Chiara.

Ironia della sorte, quando i ragazzi giunsero a destinazione, vennero loro assegnati gli alloggi e alla nostra amica, capitò una dependance dotata del Regno di Castigo; ossia di una cucina tutta per lei!

Le condizioni di Chiara al suo arrivo in terra tedesca, erano appena accettabili e rese tali da un precedentemente periodo di nutrimento artificiale a base di flebo giornaliera.

“Dacci oggi la nostra flebo quotidiana...”, direbbe oggi la sdrammatizzante e sorridente Chiara, tra l’ironico e il blasfemo, ripensando a quel periodo della sua vita.

Quello fu veramente un colpo basso!

Passò il primo giorno quasi tranquillamente senza che il folletto tentatore si materializzasse con i suoi biechi fini e ci fu un istante in cui Chiara pensò di poter tenere testa alle crisi alimentari almeno per tutta la durata della vacanza studio.

“Se funziona, mi trasferisco qui!”, pensò con un pizzico di divertimento.

Purtroppo, ogni speranza, ogni desiderio di non aver messo la malattia in valigia si dissolse dal secondo giorno.

Con grande piacere del suo io malato, scoprì facilmente che i prezzi dei generi alimentari, erano maledettamente bassi, così, mentre i compagni investivano la vacanza tra musei e visite storiche, Chiara trascorreva i pomeriggi nei supermercati ad approvvigionarsi di ogni genere alimentare.

Si spaccava la schiena a trasportare tutto quel cibo contenuto in sacchi grandi come valigie, pregustando ogni genere di schifezze: ravioli in scatola, salse, dolciumi e litri e litri di bibite che l'avrebbero aiutata a liberarsi di tutto quanto al termine dell'abbuffata.

Con un desiderio febbrile, riempiva con avidità il carrello della spesa per poi pagare in tutta fretta e incamminarsi, carica con il suo amante alimentare.

Chiusa la porta dietro di sé, iniziavano le azioni insane, come se veramente ci fosse un'entità esterna a guidare gesti e pensieri di quella disgraziata.

Accesi i fornelli, cuoceva di tutto, dai surgelati a chili di pasta; tutte cose che ingurgitava con voracità animalesca, aiutandosi con le mani, impiasticciandosi come un bambino sul seggiolone.

Spesso, il bisogno di farsi della sua dose alimentare, era così forte da non riuscire neanche ad aspettare che gli alimenti fossero pronti: li sgranocchiava e ingeriva così com'erano, fossero essi congelati o crudi. Era sempre così durante le abbuffate, mentre assumeva la sua droga di cui abbisognava in maniera assoluta.

Gli occhi le si facevano grandi come quelli di una fiera sul punto di balzare sulla preda.

E la sua preda era il cibo e Chiara voleva solo averlo dentro di sé a saziare fame mentale, madre della fame fisica. Una preda che allo stesso tempo era predatore.

Mangiava.

Mangiava.

Ingeriva ogni cosa commestibile.

Non le interessava il sapore, né si concedeva di masticare ciò che introduceva in bocca, non ce n'era il tempo, la fretta di ingerire tutto era feroce.

Era come se rovesciasse nello stomaco vuotatoio tutto ciò che di alimentare le si parava davanti.

Mangiava tanto, che in bocca non ci stava più niente, e intanto spingeva cibo con le mani per aiutarsi a mandare giù.

Mangiava.

E poi, correva in bagno a liberarsi di tutto.

Qualche minuto di stordimento dal sapore acido e dagli occhi lacrimosi, e il delirio ricominciava.

Si prendeva poco tempo per questo rito temporaneo, giusto quello che serviva per ritrovare un po' di spazio nello stomaco al fine di continuare a rimpinzarsi.

La vera tragedia era il vomito finale. Sempre.

Quando terminava tutto il mangiare acquistato, impiegava ore a quel punto, perché doveva assicurarsi di non avere più neanche una briciola dentro di sé.

Un'intera bottiglia di liquidi e poi di nuovo con la testa sul water.

Pigiava con prepotenza le mani sul ventre, chiudeva gli occhi e spingeva, spingeva ancora. Fino a che non *sperava* di aver espulso l'ultimo goccio ingerito.

Poi di nuovo, daccapo, signori!

Una bottiglia di liquidi tutta d'un fiato e di nuovo con la testa nel water.

Si guardava allo specchio mentre trangugiava, vedeva il niente di un essere che rinnegava il giorno della sua nascita.

Pregava di riuscire a liberarsi di tutto e ogni volta diceva (sperava) che, se ci fosse riuscita avrebbe *smesso con quella vita*, come un patetico, disperato fioretto.



Nell'ironia di un gioco di parole, Chiara avrebbe *smesso con quella vita*, sia smettendo di seviziarsi, sia continuando...

Provava comunque a convincersi, e ogni volta era come se ci credesse davvero.

Non mancavano mai deboli grida di sofferenza. Lo stomaco, l'esofago, vivevano l'acido come fosse del vero corrosivo acido muriatico.

Guardava compiaciuta, paga, la sua droga trasformata in poltiglia mischiata all'acqua del water. La contemplava soddisfatta di sé stessa: ancora una volta era riuscita a disfarsi di tutto, "brava" nell'aver sopportato dolori inenarrabili.

Il senso dell'innaturale realtà era diventata la normalità ormai da diversi anni e sarebbe stato così ancora per anni e anni...

"Spingi Chiara... spingi ancora, niente di quel veleno calorico deve rimanere in te!"

DOVEVA ritrovare il vuoto che disperatamente aveva cercato di colmare.

I dolori degli sforzi erano compagni quotidiani, sempre, sia a Kassel, sia in qualunque altro posto si trovasse. Era quella la sua vita, sempre.

Viaggiava desiderando scappare dalla sua realtà, ma lei, subdola, la inseguiva in tutto il mondo.

I compagni, ignari di tutto quanto, non facevano che invitarla ad uscire unendosi a loro, ma Chiara non era più in grado di rinunciare alla propria droga per vivere.

Il tutto diventava sempre e immediatamente un'abitudine necessaria.

Viveva in funzione del cibo

Viveva per mangiare, per uccidersi di cibo e i giorni in cui ritardava i propri gesti di folle rituale suicida, subiva autentiche

crisi di astinenza con freddo, tremori, mal di testa e dolori sparsi per tutto il corpo.

Al termine dell'orgia alimentare si rendeva necessaria l'occultazione di barattoli e cartacce avanzate prima del ritorno dei compagni coinquilini.

Così, Chiara, stremata dalla fatica e con bruciori in gola soffocanti, nascondeva tutto quanto in ripostigli o negli armadi per poi sgattaiolare fuori in piena notte per disperdere i rifiuti nei contenitori più nascosti.

Tutto questo si ripeté per i primi giorni con frequenza precisa fin quando quel massacro non degenerò.

Durante una delle abbuffate, Chiara si accorse che il denso fiotto rosso che aveva appena rigettato non era salsa di pomodoro, bensì sangue.

Contemporaneamente, prese ad avvertire lancinanti dolori al collo, sotto al mento e vicino alle orecchie, tanto da rendere insopportabile anche il semplice piegare la testa.

Solleandosi dal water e guardandosi allo specchio, Chiara vide un volto ancor più deformato, gonfio in maniera insalubre.

Le ghiandole del collo, in particolari quelle salivari, dolevano e pulsavano dolore.

Quasi che fossero impazzite, un male che arriva diretto al cervello per la vergogna nel mostrarsi così.

Ma l'imbarazzo nell'essere vista così dai compagni era solo uno dei piccoli problemi a corollario di quell'inferno in cui si stava trasformando la gita di Kassel.

Mangiava.

Mangiava qualsiasi cosa.

Mangiava così tanto da svuotare completamente un frigorifero pieno, trovandosi in piena notte senza schifezze da ingurgitare e mettendosi a rischio di uscire per procurarsi la sua droga.

Povera, piccola incosciente a vagare per le strade buie di una città foresta a ritrovarsi piangente di gioia malata nel trovare una pizzeria aperta.

Ogni giorno diventò uguale al precedente, ogni giorno era pieno di cibo e di un forte senso di sporcizia a non abbandonarla mai. Si sentiva sporca dentro e fuori e anche quando non rimetteva, le pareva ormai di aver appiccicato addosso l'odore del vomito. Si sentiva un cadavere e lo specchio, insieme agli amici, non la confortavano di certo: con quel pallore spettrale, gli occhi infossati e quel sorriso che, quando compariva scopriva gengive del colore dei denti, non poteva essere diversamente.

Chiara sperava che quella gita significasse una svolta nei confronti del suo essere malata; in realtà, se di svolta si trattò, lo fu in negativo.

Iniziò a pensare alla morte come ad una soluzione liberatrice, ma il solo pensarlo inumidiva i suoi occhi vuoti; sapeva di non avere neanche la forza per farla finita, cosa che la sconfortava profondamente perché la condannava passivamente ad una sofferenza a tempo indeterminato.

Pregava, così, che fosse il Signore a chiamarla a sé, ogni qualvolta imbrattava di rosso le pareti del water.

Aveva preso a vomitare sé stessa, rimettendo il proprio sangue. Sì, ogni giorno era un calvario, ma intanto il tempo di Kassel passava, rendendo più vicino il rientro a casa, verso chi avrebbe potuto raccogliere le sue silenziose, quasi inconsapevoli, richieste di aiuto.

A poco meno di una settimana dalla fine della vacanza studio, Chiara si accorse di aver ultimato i soldi, ma quello che la feriva maggiormente era l'idea di aver scialacquato in cibo-droga il milione abbondante di lire che aveva al seguito per "ogni evenienza".

A pochi giorni dal rientro, con viso e corpo gonfi e deformati, Chiara realizzò la preoccupazione di mostrarsi così devastata al momento di incontrare la famiglia, così optò per l'unica soluzione che le venne in mente: digiunare.

Aveva Chiara una percezione della realtà talmente alterata, che credeva veramente di essere gonfia ed ingrassata.

Nonostante quel continuo rimettere, ciò che restava in testa era l'enorme quantità di roba che buttava giù.

Solo questo era importante. Solo questo veniva assimilato nei suoi pensieri e poco importava che la bilancia decretasse una perdita di peso preoccupante.

Lei si *vedeva* grassa. E quel cadavere ambulante che portava il suo nome, beh, avrebbe digiunato con buona pace dell'anima sua!

Per quasi cinque giorni, tra raptus di astinenza e crisi di panico, bevve solo liquidi, badando bene di espellere anche quelli, giusto per non perdere la mano...

Si preoccupava di ingerire molta acqua per riequilibrare le ghiandole provate da tutte le violenze subite. Litri e litri di acqua naturale; solo quest'ultima aveva il permesso di rimanere in lei. E finalmente arrivò il giorno del rientro.

Ricordo ancora oggi com'era vestita: fuseaux nero e una lunga maglia gialla indossata per coprire la grassezza nella sua mente, lo sfinimento della realtà.

Il pullman imboccò il viale della scuola dove tagliò in due la folla di genitori febbrilmente emozionati all'idea di riabbracciare i figli rimasti lontani per tre settimane.

Tra essi, con la medesima eccitazione, faceva capolino la mamma di Chiara impaziente di ascoltare i racconti della sua bambina, non più bambina.

Ma il sorriso della signora si spense non appena il suo sguardo tentò di raccogliere luce negli occhi dell'irricognoscibile Chiara e

l'abbraccio di “bentornata” si trasformò in un compassionevole abbraccio disperato.

## 32) IL RITO

Molto spesso i termini anoressia e bulimia si identificano semplicemente pensando che si tratti di digiuno nel primo caso, e di abbuffate nel secondo.

Come avrete capito questi sono solo i sintomi di un disagio che ha origini ben più profonde e devastanti. Le contraddizioni psicologiche si scaricano così, in questi comportamenti alimentari disordinati e che mettono a rischio la vita della vittima ammalata.

Il *click* devastante che la portava ad ammazzarsi di cibo poteva scattare in qualunque momento e anche senza cause apparenti. Qualunque emozione poteva essere la causa, fosse essa positiva, che negativa.

Qualunque cosa era presa dalla Chiara *cattiva* come espediente per avallare l'abbuffata.

Molto spesso il tutto nasceva da una bella notizia; sembra contraddittorio non trovate?!

Il fatto è che qualunque cosa alterasse lo stato emozionale di Chiara, provocava in lei sensazioni nuove che non riusciva a gestire. Qualunque emozione era un rischio. E subito la Chiara *cattiva* nascosta dentro la sua mente, la portava a dover mangiare proprio per anestetizzare tutto quel sentire, ingestibile per lei.

Chissà che cosa, inconsciamente, le riportava alla mente il solo fatto di *sentire*?!

Sentire in positivo.

Sentire in negativo.

Poco importava, era il *sentire* in sé un danno.

Una sera, in compagnia del suo ragazzo...



Era innamorata di quella persona dolcissima, ignara del dolore a cui sarebbe andata incontro stando accanto ad una ragazza con problematiche come quelle di Chiara.

Quello era il suo primo amore.

Trascorsero una delle loro prime serate insieme in totale armonia, erano giovani, innamorati e una semplice passeggiata insieme bastava per portarli nel mondo dei sogni più belli.

Decisero di andare in un locale a bere qualcosa.

A quel punto, non si sa per quale motivo, Chiara cambiò espressione del viso.

Divenne “spigoloso”, quel viso che era sempre così dolce.

Occhi impenetrabili, sguardo assente. Sguardo che, nella mente, osservava altre cose...

Disse al suo *moroso* che sarebbe dovuta tornare subito a casa, senza dare grandi spiegazioni. Lui non riuscì a capire cosa fosse accaduto; non avevano neanche ordinato la consumazione. Per convincerlo, la Chiara *cattiva* gli disse che di lì a poco avrebbe dovuto incontrare un'altra persona. Chiara amava davvero il suo ragazzo, ma il *bisogno di mangiare* era più forte di tutto, tanto da riuscire a dire una cattiveria del genere.

Non le fu, così, difficile ottenere il suo scopo, riuscendo a rimpinzarsi animalescamente, come se avesse partecipato a cinque pranzi nuziali!

Capite come la malattia fosse subdola, tanto da farle ferire una persona a lei molto cara?!

Non si rendeva conto di quanto accadeva, la cosa certa è che quella nuova cattiva persona *non era lei*. Era una Chiara a parte, una Chiara senza scrupoli, una Chiara che per arrivare al suo amato/odiato cibo era disposta a passare sopra qualsiasi cosa, sopra chiunque. Nessuno scrupolo, nessun ragionamento logico. Spesso, però, il bisogno di abbuffarsi nasceva da un comportamento preciso. Chiara aveva stabilito quanto cibo

(quantità ridicole) poteva ingerire senza, a volte, andare a vomitare. Quando capitava che si lasciava andare ad un morso di qualcosa in più, l'inferno varcava nuovamente la sua mente in modo prepotente. Un boccone in più significava la rottura di tutti gli schemi, quindi l'unica cosa da fare era ABBUFFARSI; ormai il danno era stato fatto, tanto valeva completarlo per poi liberarsi di tutto.

Questo era ciò che scattava nella sua mente.

Ma parliamo dell'abbuffata in sé.

Come dicevo, la necessità di cibo poteva nascere da un momento all'altro e in qualunque situazione.

Così Chiara trovava il modo di scappare e andare a mangiare. Nasceva dentro di lei un bisogno fondamentale, perché quella sensazione le procurava dei veri dolori fisici dovuti alle crisi di astinenza. Dolori veri.

Per un lungo periodo, non avendo un posto dove andare per consumare le sue orge alimentari, dovette inventarsi nascondigli per nascondersi dagli occhi della gente. Girava ore collezionando un bar dopo l'altro, una rosticceria dopo l'altra.

Divorava quantità di cibo assurde, con una rapidità incredibile non assaporando assolutamente nulla... La foga durante quel *rito*, diventato ormai un'abitudine di vita, era molto violenta. Quello che sentiva era che doveva riempirsi: riempirsi e basta. Nient'altro, solo questo.

Era disperazione, era bisogno. Era la necessità di anestetizzare tutto quello che sentiva. La necessità di riempire un vuoto molto profondo.

E subito dopo si compiva la tragedia, rifiuto incondizionato di ciò che era sostentamento vitale.

I sensi di colpa erano dilanianti, così cominciava a riempirsi di liquidi per facilitare la sua liberazione dall'ossessione dell'aumento del peso.

In questi casi la soglia del dolore non esiste, è altissima. Provocarsi il vomito, anche se non attraverso dita in gola, è devastante. Gli acidi, la sensazione di non avere una gola sufficientemente grande per far uscire tutto quel cibo, le lacrime ad appannare l'occhio cieco del W.C.

Chi conosce da vicino questa malattia sa che non esistono parole per spiegare quanto dolore si prova.

Una vita fatta di gesti ripetuti, dettati dalle fobie nascoste nei meandri di una mente ossessionata. Non so dire quanti bagni abbia sverginate Chiara in giro per il mondo.

Emozione - abbuffata - vomito.

Questo era il compiersi del rituale.

Questo era il sintomo di tutto il comportamento-problema bulimia.

Questa era la sua vita, fatta di morte, disperazione, lacrime e sangue.

### **33) ESASPERATA VIOLENZA**

In questa storia non posso mancare di raccontarvi ciò che diede origine ad uno sfogo di violenza inaudita.

Il tutto si consumò durante un giorno normale, ennesimo teatro di un'ennesima crisi bulimica.

Quella volta Chiara e sua madre erano sole in casa e, donna di servizio a parte, il tempo scorreva lento e sonnacchioso in quei primi giorni di primavera romagnola.

Improvvisamente, senza nessun preavviso, si svegliò il demone della cupidigia alimentare e s'impossessò di Chiara.

Iniziando a tremare e a sudare, svelò alla madre l'inizio della crisi, più per paura di essere intralciata, che per chiedere aiuto.

Quando ormai voleva mangiare, doveva farlo! Nulla sarebbe stato in grado di fraporsi tra lei e la sua droga.

La mamma, però, cogliendo al volo le dannose intenzioni della ragazza, un po' per istinto, un po' per timore, decise di intervenire materialmente, cercando in tutti i modi di trattenerla. Spesso, durante le crisi, Chiara cercava il litigio perché le dava un valido strumento per simulare di essere offesa e per uscire di casa sbattendo la porta (alla volta di pizzerie, negozi di alimentari e affini).

Ma quella volta, capite le intenzioni, la signora Franca non la lasciò uscire, producendo una scintilla all'interno di quel contenitore di polvere da sparo che era Chiara in quel momento. La mamma, per scuoterla, arrivò a dire cose molto taglienti ed offensive, seppur generate dall'amore verso quella figlia che stava uccidendosi.

D' un tratto, Chiara, vide tutto buio.

Ciò che ricorda è di essere stata fermata a fatica dalla signora Anna, la donna che si occupava dei lavori domestici.

Ciò che vide, dopo quel blackout mentale, furono le sue mani strette attorno alle spalle della mamma. Mani che scuotevano e stringevano, scuotevano e stringevano.

Si fermò come svegliandosi da un incubo, troppo doloroso perché fosse solo un sogno.

Aveva picchiato la sua mamma.

Si allontanò dalla persona che aveva tra le mani quasi barcollando e rivolse uno sguardo alla collaboratrice domestica, poi di nuovo alla madre.

La signora Franca non rispose agli occhi della figlia e con passo da estranea le passò accanto ignorandola in modo glaciale.

Anche Anna uscì dalla stanza, lasciando sola la ragazza.

Sola nella malattia.

Sola nel devastante senso di colpa dovuto a ciò che aveva appena fatto.

Qualche giorno dopo, dilaniata dal ricordo di ciò che aveva commesso, pensò di scrivere una lettera con lo scopo di porre fine all'insopportabile indifferenza che proveniva dalla mamma.

### *Lettera alla mamma*

**PRIMA DI STRACCIARE QUESTO FOGLIO, TI PREGO DI LEGGERLO!**

*Rimini, li 21.03. '96*

*Ciao mamma,  
so che non vuoi più avere niente a che fare con me e non so assolutamente darti torto.*

*Non ho parole per quello che ti ho fatto, non so darmi pace, mi sembra di vivere in un incubo: con tutto quello che fai per me io ti ripago in questo modo.*

*Probabilmente non ci sarà mai più niente che io potrò fare o dire per rimediare e per guarire tutte le ferite che hai nel tuo cuore a causa mia, so solo che su una cosa siamo d'accordo: sono una merda e non merito nulla.*

*Quello che ti ho fatto è realmente troppo GRAVE e non esistono parole né per scusarmi, né per giustificarmi. È tutto così assurdo, sono io ad essere assurda, perché in realtà ti voglio talmente tanto bene. Mamma, ti adoro, e ti prego credimi quando te lo dico anche se non è certo il mio comportamento di ieri a dimostrartelo.*

*È inconcepibile: solo la sera prima quando eravamo nel letto insieme, se ti ricordi, ti ho preso la mano e ti ho detto che ti volevo bene. E anche in questi giorni di grandi tensioni ci sono*



*stati momenti di risate, di affetto, momenti in cui ti ho dimostrato che apprezzavo tutto ciò che stavi facendo per me e ciò che stavi sopportando a causa mia.*

*Non so se riuscirai mai a perdonarmi, ho proprio paura che questa volta non potrai farlo e ne hai tutte le ragioni.*

*Probabilmente avrei dovuto aspettare a scriverti o forse, avrei fatto meglio a non farlo affatto; è tutto troppo recente, ma farei qualunque cosa per poter tornare indietro. Purtroppo non è possibile ed è giusto che io paghi, è giusto che il senso di colpa mi logori, è giusto che non abbia pace: questa volta me lo stramerito.*

*Non riesco a guardarmi allo specchio, mi odio per quello che ti ho fatto. Probabilmente ho sprecato l'unica vera opportunità che avevo per guarire e ho tirato la corda fino a questo punto; non ho parole, è semplicemente un incubo.*

*Non ho più la mia mamma?*

*Sono solo un'ingrata!*

*Però voglio comunque avere il coraggio di chiederti una cosa, anche perché so che altrimenti non riuscirò più a trovare un minimo di pace. Devo tentare! Almeno ti prego di leggere la mia proposta; so che non accetterai, ma io devo fare un tentativo: la mia idea è di provare a cancellare questo episodio, di provare a ricominciare tutto da capo; io seguirò alla lettera tutto ciò che mi verrà detto di fare e al primo mio sgarro tu mi cacerai.*

*Non posso neanche immaginare quanto male ti ho fatto, però se un giorno avrai la forza per riprovare, **TI GIURO** che ci metterò tutta la mia buona volontà; farò tutto ciò che mi dirai di fare e cambierò completamente atteggiamento.*

*Forse mi sono svegliata e il risveglio è stato decisamente brusco. Per quanto triste e spregevole forse bisognava che io toccassi il fondo fino a questo punto per aprire gli occhi. Non ho parole, né tanto meno giustificazioni, ma, mamma ho tanto bisogno di*

*te, del tuo amore, del tuo aiuto e ti prego, credimi, TI VOGLIO TANTO BENE come non te ne ho mai voluto.*

*Ti prego, appellati a tutto il tuo amore, a tutta la tua forza, prova a fare l'ultimo tentativo, quando vorrai, anche tra un anno, ma ti prego, provaci!*

*È una figlia disperata che te lo chiede, una figlia che non sa e non può darsi pace.*

*Queste sono solo parole, dammi l'opportunità di dimostrartelo con i fatti, anche se non ne ho alcun diritto. TI GIURO CHE E' L'ULTIMA VOLTA, TI PREGO!!!*

*TI VOGLIO TANTO BENE*

*Chiara*

*(quella stronzissima ingrata di tua figlia)*

Ci volle del tempo, ma tutto tornò come prima. L'amore che quella donna provava per la figlia era superiore a qualsiasi torto subito.

### **34) ABUSO - VIOLENZA**

Se fossimo di fronte ad un televisore, probabilmente, prima di questo capitolo vedremmo comparire una qualche bella signora a mezzobusto, che con dizione perfetta ci direbbe quanto segue: "A causa di alcune scene contenute nella storia, si consiglia la visione del film ad un pubblico adulto...".

Beh, è più o meno ciò che potrei consigliare io ai lettori di questo capitolo...

Era arrivata alla soglia dei 17 anni, Chiara, età nella quale i petali della rosa stanno schiudendosi per trasformare un promettente bocciolo in un fiore stupendo.

A diciassette anni, la vita appare come un enorme palcoscenico dove ogni giovane donna sta per inscenare la sua rappresentazione della vita, col suo essere madre e desiderio di tutti gli uomini.

La lotta con la bulimia era una battaglia massacrante, e lo era diventata anche nei rapporti con la famiglia e con chiunque circondasse l'esistenza di Chiara.

I tentativi fatti dalla sua famiglia per cercare di arginare la degenerazione verso l'autodistruzione non si limitavano al ricorrere alla medicina e al parere dei luminari, ma anche ad iniziative volte alla disperata risoluzione del tutto.

Senza pensarci troppo, la mamma di Chiara organizzò un viaggio assieme alla figlia, sperando che gli svaghi di un villaggio turistico potessero aiutare la ragazza a distrarsi.

Era un ripetere il tentativo della trasferta di Kassel, con la sostanziale differenza che questa volta, Chiara, non sarebbe stata da sola.

Si sperava, ancora una volta.

Si sperava e si pregava che quell'iniziativa fosse, finalmente, quella buona, quella giusta.

In quel periodo, completamente svuotata dalla malattia, Chiara pesava circa quaranta chili, e i tratti somatici che l'accompagnavano erano tipici dell'incedere malato del suo demone. Gli zigomi innaturalmente sporgenti, gli occhi infossati, le scarne mani, quadrate come palette appese a due manici legnosi che erano le braccia.

Sveniva spesso e il continuo rigettare la privava di quei liquidi fondamentali per poter affrontare normalmente il feroce caldo estivo; era un momento sbandato, per lei.

Cercava sollievo fisico e mentale e da un certo periodo aveva iniziato ad introdurre l'uso di alcolici nella sua scellerata introduzione di alimenti nel corpo. Un alcol gentile, amorevole, che le consentiva di svagarsi in quanto, grazie a lui, tutto improvvisamente assumeva i toni giocosi dell'irrealità, consentendole di non pensare alla quotidianità infernale.

Quel giorno, era un martedì, Chiara aveva tentato di bruciare l'impossibile dedicandosi a un po' di sport, si era concessa un bagno di sole, era svenuta, aveva pianto, e finalmente era giunta l'ora di cena di quella giornata in cui si era praticamente concessa di tutto...!

Finito di *non* mangiare la cena, dove era però stato ingerito parecchio vino, Chiara decise di trascorrere il resto della serata in compagnia di altri ragazzi presenti nel villaggio. Un po' di svago le avrebbe fatto sicuramente bene, quella sera, così optò per valorizzarsi un minimo di fronte allo specchio, quindi uscì.

Immediatamente, il suo essere fresca e femminile, le fece notare un ragazzo decisamente carino; era uno degli animatori della zona turistica, ma lo stato d'animo di Chiara non lasciava presupporre a storie di nessun genere, neanche fuggevoli, così proseguì la propria serata senza badare agli insistenti sguardi ammirati di quel giovane predatore.

Raggiunta la discoteca, venne invasa dai fumi e dai suoni assordanti e quasi le sembrò, aiutata dall'alcol che aveva costituito la sua cena, che l'incubo che viveva da sempre fosse solo un ricordo lontano.

Anonimi visi sorridenti e festanti le passavano accanto come fantasmi di vite passate, schiamazzi e risa si sovrapponevano al martello pulsante delle casse rese vive da un dee-jay

dall'acconciatura rasta. I bassi risuonavano nella sua esile cassa toracica, mentre lei provava a ballare, provava ad essere *una dei tanti*... e intanto shakerava internamente ciò che aveva bevuto. D'un tratto, qualcuno propose il classico dei classici: bagno in piscina a mezzanotte!

Non ricordo bene la reazione di Chiara perché è come se certe cose fossero annebbiata anche nella mia mente, ma la vedo entrare di corsa nel proprio alloggio, dare la buonanotte alla mamma e uscire rapidamente indossando il costume.

In un ribollire di spruzzi e grida festanti, eccola al centro dell'enorme vasca, ragazza che sembrava felice di vivere, ragazza spensierata come tutti.

Era strano questo suo modo di essere. Era un altalenarsi di eccessi che rispecchiavano la totalità del suo carattere. Era capace di vivere gioie e momenti bellissimi in famiglia, e un'ora dopo ritrovarsi a vomitare la propria vita nel water.

Chiara era anche questo...

C'era gioia attorno a lei, voglia di vita, voglia di divertirsi, e lei la percepiva e si adeguava, attrice superba, al ruolo da impersonare in quella circostanza.

Che bello, era, il guardare i diademi del cielo, stelle brillanti di speranza nel buio di una notte salata come l'acqua, mentre il mondo attorno a lei risuonava di festa e spensieratezza.

Ed ecco ricomparire lui, il ragazzo carino di poco prima, con perle di gocce ad adornargli il viso e un sorriso che colpiva il centro del petto.

Pieno di attenzioni e con fare da vero gentleman, il ragazzo ricopriva Chiara di ogni premura, facendola sentire protetta e corteggiata allo stesso tempo.

Le piaceva il modo che aveva di guardarla, come se lei fosse la più bella di tutte, una vera donna distante anni luce dai problemi



di sempre e quando lui la invitò sotto la doccia post bagno, lei non pensò altro che a seguirlo.

Aveva dei bei modi e la sensazione che lui, assai più grande, le rivolgesse così tanti gesti carichi di affetto la appagava incredibilmente.

Raggiunte le docce, i due ragazzi si accorsero che erano chiuse, ma sfoderando un nuovo sorriso capace di sciogliere anche i cuori più gelidi, il ragazzo prese Chiara per mano.

Le chiese di accompagnarlo nel proprio alloggio, dal quale avrebbe prelevato le chiavi per le docce; lei, pensando con la ragione dell'alcol, non si domandò nulla, e lo seguì.

Entrando in camera, sempre per mano, Chiara notò un ragazzo addormentato su uno dei letti presenti in quel locale e subito le venne suggerito di fare piano, al fine di non svegliare quell'irascibile compagno di stanza.

Raggiunsero il bagno con passi felpati e una volta dentro, il ragazzo dai modi splendidi le fece notare la presenza della doccia. Che senso avrebbe avuto tornare indietro e fare la doccia assieme a tutti gli altri, quando lì avrebbe potuto averne una tutta per lei?

Ancora in balia degli eventi e stordita da quel film romantico che pensava di stare vivendo, Chiara entrò nella doccia e prese a lasciar scorrere l'acqua, come un eccitante abbraccio fluido.

Chiuse gli occhi e immaginò di essere in una fresca cascata di montagna, lontano da tutto, finalmente fuori dai suoi pensieri...

A quel punto, Chiara aprì gli occhi e vide il giovane gentiluomo entrare nella doccia assieme a lei.

Ancora sopraffatta dall'alcol, non era in grado di rendersi ben conto di ciò che stava accadendo, ma capì che c'era qualcosa di strano e istintivamente si ritrasse, cercando di uscire.

Voleva solo tornare in camera dalla mamma, percepiva troppa negatività in quel momento.

Lui la prese per le spalle, però, ed era dolce come in pochi erano stati con lei. Le chiese di non uscire, di restare lì con lui a godere di quel meraviglioso momento.

Poi, d'un tratto: "Togliti il costume!".

*Il costume?!*

*Ma come?*

*Perché?*

*Quella era una doccia fatta per lasciar scivolare via i sali della piscina, una doccia come quelle che si fanno sulla spiaggia!*

*Perché mi sta chiedendo di togliere il costume?!*

Chiara rispose di no, tentando nuovamente di allontanarsi.

Improvvisamente, come all'ingresso di un orco in un sogno che sembrava meraviglioso, quello che era stato un giovane nobile d'animo si mostrò per quello che era.

Iniziò ad innervosirsi e spingendo Chiara contro l'angolo della doccia per impedirle di uscire, prese a sfilarle il costume.

Impietrita, spaventata e sconcertata, Chiara rimase immobile e preda dell'imbarazzo e della vergogna cercò di coprire quelle che ora erano le sue nudità.

Le ossa che sbucavano dalla pelle erano come aghi crudeli e taglienti; di certo la sua magrezza non l'avrebbe difesa da tutto ciò.

Si avvicinò, il giovane predatore, prendendo ad accarezzarla in modo proibito, a baciarla, a soffiarle addosso un alito voglioso di sesso crudo.

Il terrore la bloccò, soprattutto nel pensare che un altro suo simile avrebbe potuto sbucare dalla porta, e iniziare egli stesso ad abusare di lei.

Prese a pregarlo, Chiara.

Lo faceva a bassa voce, timorosa di svegliare l'altro, e cercando di tenerlo distante con le braccia troppo esili per essere utili.

*Dio, aiutami...*

*Ho paura...*

*Aiuto, aiutami...*

Ma il giovane animale non si fermò e la prese con tutta la violenza immaginabile.

Chiara iniziò a piangere, a sperare in qualcosa che non sarebbe arrivato, al volto addormentato della mamma, in un alloggio poco distante da lì, dove non si sarebbe consumato nessun abuso. Sentendola piangere, tra la rabbia e l'eccitazione, la giovane bestia la prese per i capelli e le spinse il volto contro la parete, mentre lei singhiozzava e pregava, *lo* pregava di lasciarla andare. Preda di un mancamento, Chiara, si accasciò a terra e questo fu motivo di percosse.

Venne risolledata a fatica e appoggiata di nuovo contro la parete, ma evidentemente il giovane bastardo non gradiva quelle lamentele, quel pianto, quel cercare di negarsi con tutte le forze. La colpì, la colpì di nuovo sotto lo scroscio dell'acqua che si mischiava alle lacrime sulle guance di Chiara, troppo impietrita per gridare, troppo impaurita per accennare ad una qualsiasi reazione.

La ferocia si concluse con rabbia e cattiveria, entrando in lei con una tagliente e mortificante lama di carne.

*Per favore...*

*No...*

*Basta...*

*Ti prego...*

*Fermati...*

*Basta...*

Il coltello di carne continuava a trafiggerla, sventrandola, dandole dolore sia fisico sia spirituale.

Quella lama era entrata in lei, in una *lei* chiusa e inaccogliente, una *lei* che non voleva, ma che era diventata il solo desiderio di quell'uomo animale.

Durò pochissimo, ma durò per sempre.

Restò lì, Chiara, accovacciata ora a terra, con lo scrosciare dell'acqua che non la lavava dal senso di sporco del quale non aveva colpe, se non quella di aver ecceduto nell'inebriante alcol. Restava immobile, mentre il centro del corpo, essenza stessa della sua femminilità, pulsava dolorosamente ferito e offeso nel profondo.

Voleva solo uscire di lì, tornare nella sua camera, ma non le fu permesso.

Fu *raccolta* da terra e sospinta verso il letto vicino al dormiente co-inquilino del ragazzo infame.

Piangeva, singhiozzava in silenzio, tutta tremante alla sola idea che il potenziale complice si svegliasse e ricominciasse da dove il primo aveva abbandonato.

Stava lì, rannicchiata come un bambino che dorme, ma lei non dormiva, anche se ciò che aveva vissuto aveva le sembianze di un incubo.

Il tempo passava, ma non nella sua testa. Viveva dentro di sé un attimo eterno, in cui la parola stupro aveva un significato concreto e tangibile, lama di carne dentro il suo corpo.

Implacabile, lo scorrere del tempo fece entrare la prima luce di un giorno che sarebbe stato ancora più vuoto dei precedenti, e lei, ancora lì, rannicchiata e scossa, trattenuta dal braccio dormiente del carceriere.

Solo a mattino giunto riuscì ad alzarsi e a scivolare via grazie alla complicità del sonno del ragazzo per bene, del ragazzo dai modi raffinati, dal ragazzo che le aveva fatto quanto più di ignobile avesse potuto farle.

*Aspetta...*

Le disse il ragazzo uomo bestia, o forse semplicemente, temette di sentire quella parola quando ormai era finalmente fuori,

finalmente libera come la fresca aria che l'accarezzava affettuosamente.

Si sentiva gonfia, il ventre rigido come fosse stato di cuoio, saturo di impurità e di veleno prepotente.

Camminando come in un incubo, raggiunse l'alloggio della mamma, e la trovò seduta sul letto colma di preoccupazione per non averla trovata dopo una ricerca durata qualche ora.

Colma di vergogna e di terrore, Chiara improvvisò una scusa puerile, sostenendo di essersi addormentata vicino ad uno scoglio e subito dopo cadde in una specie di trance.

Ma venne accolta duramente, in modo istintivamente preoccupato, come solo una mamma in ansia può essere.

E come se non avesse sopportato abbastanza, una sberla le voltò la faccia.

Rimase in silenzio, Chiara.

Un silenzio suo, solo suo.

Un silenzio buio.

Un silenzio nero come il nulla.

Avanzò lentamente verso il bagno, e con ancora una mano pulsante a farle bruciare la guancia, aprì il rubinetto di quella doccia amica, e iniziò a sfregarsi, come a volersi depurare da ciò che aveva subito.

Si lavò con maniacale accuratezza; poi, si stese sul letto sicuro e crollò in un sonno mortale, nel quale l'unica cosa che riaffiorava alla mente era il volto ansimante dell'animale che le penetrava l'anima.

I giorni successivi furono terribili, costellati di ricordi a fotogrammi, e di suoni che riecheggiavano nella sua mente. Quel modo di stare male era del tutto diverso, non era causato da se stessa, dal suo autolesionismo, ma da una precisa cattiveria da parte di un uomo.



Perché?

Perché le aveva fatto questo?

Perché quando la incrociava sorrideva maliziosamente, come a volerla schernire ulteriormente, dopo il torto fattole?

Quella vacanza si sviluppò nel peggiore dei modi, sommando ulteriori insicurezze alla situazione di Chiara; a al rientro, sentendosi sporca, indegna e colpevole di un segreto che sarebbe rimasto tale per molto tempo, precipitò con maggior intensità al centro del suo vortice malato.

Questo racconto può sembrare estraneo alle vicende della malattia, ma in realtà è radicato nella malattia stessa.

Purtroppo esistono individui abominevoli per i quali nutro talmente poco rispetto da non potermi permettere di qualificarli come vorrei (in fin dei conti, una censura morale deve esistere, soprattutto nell'utilizzo delle parole scritte).

E non li qualificherò, relegandoli nell'oblio dell'indifferenza.

Ma mi rivolgo a coloro che ascoltano e percepiscono con le vibrazioni dell'anima.

Soggetti in grado di approfittarsi del debole equilibrio di una ragazza, ne esistono. Ne esistono eccome. Guardatevi attorno, ragazze. Guardatevi attorno come loro guardano voi. E diffidate. Spesso il bisogno di evadere dalla propria realtà anoressica o bulimica, porta all'avere la necessità di voler vivere una storia appassionata, un amore pseudo-normale, uno *spot* di vita come ogni altra ragazza.

Be', ragazze mie; voi *siete* come ogni altra ragazza.

Mettetevelo in testa.

Raccogliete questo sole che avete dentro di voi, e fatelo brillare sopra i tratti del vostro viso.

Voi *siete* esattamente come qualunque vostra coetanea. State passando un momento drammatico, orribile, devastante. Ma ne verrete fuori. Credeteci. Credeteci con me!

“The sun will rise again”, è una frase rubata agli Iron Maiden.

Un titolo bellissimo... “Il sole torna a sorgere ancora”.

È vero. Il sole, il *voostro* sole, tornerà a sorgere.

E allora, quel giorno, vivrete tutto ciò che desiderate. Sogni, amori, desideri, passioni.

Tutto. Tutto quanto.

Con un'intensità superiore a quella che potreste mai immaginare.

Forza!

Un abbraccio...

### **35) DICIOOTTO ANNI: IL PRIMO, SBIADITO SOLE**

Da ben quattro anni, Chiara pensava al tatuarsi qualcosa di particolarmente significativo sulla pelle.

Qualcosa di indelebile che rimanesse sempre con lei, ma non poteva essere un simbolo qualunque, doveva avere un vero immenso significato.

Questo desiderio nacque all'età di quattordici anni in occasione del suo viaggio studio in Inghilterra con la cuginetta. Una breve permanenza in un college che avrebbe avuto il compito di approfondire la sua conoscenza della lingua inglese. Beh, ciò che imparò fu il come nascondersi meglio per poter mangiare e un po' di dialetto fiorentino, date le origini toscane della cugina.

Ricordo che nell'arco di tre settimane fu in grado di assimilare ben sedici chili.

Mangiava, mangiava sempre.

Nonostante il dolore dell'incomprensione di quanto le stesse accadendo, trascorse anche splendidi momenti in quella terra dai

mille significati, dai colori di Carnaby Street, dai capelli colorati, dalle chiome fuxia delle ragazze che popolavano quelle strade.

Momenti di vita e momenti di morte legati e mischiati tra loro.

Un giorno fu il turno di Portobello Road.

Le due ragazzine passeggiavano tra i mercatini quando da lontano videro un negozietto con un'insegna quasi nascosta: TATTOO SHOP.

Entrarono incuriosite.

Chiara rimase rapita da quei disegni concepiti per restare impressi sulla pelle.

Li guardava estasiata.

Fu quello il momento durante il quale decise che un giorno avrebbe inciso sul suo corpo un tatuaggio!

Da quella realizzazione trascorsero ben quattro anni.

Quella di tatuarsi è una decisione che va calibrata, una cosa che deve essere interiorizzata senza fretta. È qualcosa di indelebile, qualcosa che rimarrà *per sempre*.

Il tatuaggio suscita sentimenti talmente personali che sono persino difficili da spiegare.

È una filosofia di vita. Non un vezzo estetico, ma qualcosa di profondamente significativo, qualcosa che nasce nel cuore. Un modo diverso e particolare per esprimersi e per tenere sempre con sé un momento, una gioia, un dolore, un pensiero.

Aspettò di compiere 18 anni, quando ormai aveva deciso il soggetto del gioiello che non l'avrebbe mai abbandonata.

Un sole.

Il Sole speciale: il suo!

Aspettò la maggiore età, ma nonostante questo decise di chiedere il permesso ad entrambi i suoi genitori, i quali fortunatamente non opposero resistenza.



E così, accompagnata da due preziosi alleati si diresse a casa di un famoso tatuatore di nome Luigi. Cercò per tanto tempo l'immagine giusta, ma senza nessun risultato. Perfino l'artista di disegni sul corpo era ormai disperato.

Ma ad un tratto, Luigi estrasse da un mobiletto un CD. All'interno di

esso, sotto delle scritte traspariva un sole stilizzato.

Era lui.

Lo vide e arrivò diretto al cuore.

Si aprì in un attimo una finestra sul mondo.

Non vi racconterò le "nobili" parole di Luigi nella titanica impresa di ricalcare quell'immagine.

Era il 18 Gennaio 1993. Due giorni esatti dopo il suo compleanno.

Da quel momento quel simbolo sarebbe stato il suo obiettivo.

Il Sole con tutti i suoi significati positivi di vita, di luce, di cuore, di amore.

Il *Sole* che contrastava così tanto con la malattia che non l'abbandonava mai.

Quel *sole*, con tutti i buoni propositi, testimoniava tutto quanto aveva vissuto e stava vivendo... tutta la Morte assimilata durante gli anni di crescita, sarebbero dovuti diventare belli e lucenti quanto lo è l'astro per eccellenza.

Quello sarebbe stato il suo primo *sole*.

La sua mania, simbolo della sua sepolta voglia di vivere.

### 36) TESTA O CROCE

Quello che accomuna molte delle ragazze che stanno vivendo questo tipo di problemi, oltre ovviamente al rigettare ogni sostanza nutritiva, è il martoriarsi fisicamente.

Ho ancora ricordi freschi delle torture volontarie alle quali Chiara si sottoponeva, nonostante tutti i miei tentativi di impedirle simili barbarie su se stessa.

Lei, posseduta dallo stolto demone distruttore, sentiva le mie parole come provenienti da eco lontane, troppo flebili per essere ascoltate e percepite con decisione.

Si mangiava le unghie.

Già, ma non come qualsiasi adolescente con quel vizio dettato da un po' di insicurezza o nervosismo.

Si mangiava le unghie, e con abili contorsioni, anche quelle dei piedi, ma lo faceva andando fino in fondo e causandosi terribili infezioni.

Sapeva che non doveva, eppure continuava e neppure il dolore la frenava. Neppure l'uscita di tutto quel sangue. Anzi, quasi la eccitava. Quasi la faceva godere in un amplesso masochistico con sé stessa, con il suo dolore, con la sua voglia di mortificarsi. Allo stesso modo, con la stessa tenacia, arrivava a mordersi la carne dei talloni, delle dita, fin quando il vivo della pelle, gridando bruciore accecante, non la risvegliava da quel torpore innaturale. Allora si abbandonava al pianto più sconfortato, e mani sanguinolente e piedi che le avrebbero fatto male ad ogni passo si rannicchiavano attorno al suo corpo, e soffrivano assieme a lei.

Tuttora, guardandole le mani, è possibile riconoscere alcune altre piccole cicatrici; sì, proprio lì, vicino al tatuaggio a forma di sole che fa' bella mostra di sé sul suo polso. Quale posto



migliore, se non ci sono portacenere nei paraggi, in cui spegnere le sigarette?

Erano vere e proprie torture, delle quali potrei parlarvi a lungo, dai pugni contro le pareti, o contro tutto ciò che era solido (procurandosi anche una frattura), ma è giunto il momento di rendervi partecipi di quella volta in cui, per propria volontà, scelse di farla finita.

Una crisi di particolare intensità la costrinse un giorno a non frequentare la scuola.

Detta così potrebbe apparire tutto più che giustificabile.

Cambiereò prospettiva nel raccontarvi l'accaduto...

Per saziare una crisi bulimica, una mattina iniziò a fagocitare di tutto e restò in cucina per cinque ore consecutive, saltando la scuola.

È la stessa cosa, ma vista da un'angolazione un po' più *pratica*. Al rientro dal lavoro, la mamma di Chiara si accorse dell'accaduto senza dover sforzare troppo la fantasia, dati gli innumerevoli resti sparsi per tutta la casa, e l'aspetto provato (con occhi spenti e a "mezz'asta") della figlia le confermò tutto quanto.

Presa da sconforto e da impotenza, fattori che spesso sfociano in rabbia, la signora Franca inveì contro la figlia, ferendola comprensibilmente con parole che erano rasoi affilati.

La ragazza, con ancora il sapore del sangue in gola non ribatté e non reagì.

Lentamente, distrutta fisicamente dalla fatica, ed emotivamente dall'umiliazione, salì in camera sua e lì realizzò che un modo per porre fine a quell'infinito dolore ci sarebbe stato.

Quella non fu altro che la goccia che fece traboccare il vaso.

Era da molto che Chiara pensava a quella soluzione distruttiva.

Ci pensava a volte con serenità, a volte con terrore, a volte con spaventosa, lucida consapevolezza.

Iniziò, all'interno dell'insana riflessione, a credere, blasfema, ad un possibile errore di Dio nel volerla al mondo, così decise in men che non si dica di lasciare a Lui la monetina della sua esistenza.

Decise, però, di lanciarla, quella monetina. Che fosse, poi, Dio a decidere se... *testa o croce*.

Entrò in bagno e svuotò la cassetta dei medicinali ingerendo di tutto, dalle compresse per il mal di testa, agli ansiolitici, a digestivi. Ogni cosa servì a realizzare il cocktail diabolico che l'avrebbe aiutata a porre fine alla sua sofferenza, e, secondo lei, anche a quella dei suoi cari.

Si guardava allo specchio, mentre apriva con suono cartaceo metallico le confezioni di compresse, e quasi non si riconosceva in quella ragazzina dallo sguardo assente che stava masticando pillole dietro pillole, ingerendo la parola 'fine' di tutto quanto.

Ingoiò di tutto, si stese sul letto, e attese di percepire i primi effetti alienanti di quella miscela di morte.

Telefonò al fidanzato di allora, e con voce impastata gli confessò ciò che aveva commesso, poi dopo poco il mondo si spense.

Voleva mettere la sua salvezza nelle mani di quel giovane amore. Avrebbe potuto avvisare la mamma, al piano di sotto, ma chiamare una persona distante avrebbe significato chiedere al Signore: "Se vuoi che io viva, fa' che quel ragazzo riesca a salvarmi!".

E fu buio.

Chiara si risvegliò all'ospedale con una cannula che fuoriusciva dal naso.

Il ragazzo aveva fatto in tempo.

Dio aveva scelto *testa*.

Raggiungendola a casa, l'aveva trovata priva di sensi; da lì, assieme alla madre, ci fu la corsa in ospedale, dove la ragazza venne sottoposta a lavanda gastrica e tratta in salvo per il rotto della cuffia.

Aprondo gli occhi, Chiara vide il volto di Luca, suo fratello. Ancora oggi, quando ci ripenso, ricordo quanto piangeva quel ragazzino, ripetendo come un automa: "Chiara, non farlo più". Trascorse qualche giorno, e di questa faccenda si interessarono anche gli organi competenti, che proposero ai genitori di Chiara una cura presso adeguate strutture.

Di lì a poco, ci sarebbe stato il vero, fondamentale cambiamento nella vita di Chiara, il primo passo decisivo verso la salvezza.

### **37) TRA SOGNO E REALTA' – pagina di diario**

*Caro diario mio oggi ti devo raccontare diverse cose quindi abbi  
pazienza e sopportami  
scherzo lo so che mio vuoi bene  
prima di tutto sappi che ho finalmente deciso il tuo nome lo so  
me la sono presa comoda  
ti ho chiamato sempre diario oppure travel book ma ora basta  
avrà un vero nome e sarà SOLE  
che dici ti piace?  
sai a forza di fare terapie psicologiche e di studiare ho capito  
profondamente cosa tu sei per me  
tu sei la Chiara più vera quella che soffre  
quando ti scrivo parlo alla parte di me che nessuno conosce a  
quella parte che nessuno sembra capire  
ormai da diverso tempo non sei più un assemblaggio di pagine  
tu sei un'entità a parte segreta e solo mia  
mi è dispiaciuto tanto dover bruciare tutti i tuoi "fratelli" diari*

*è stato come dar fuoco a una parte di me ma ho dovuto  
ho avuto motivo di sospettare che la mamma li avesse letti lei  
afferma il contrario ma io nell'incertezza ho scelto di disfarmi  
di loro*

*è stato doloroso vederli bruciare ma ho dovuto perché nessuno  
può mettersi tra me e voi che siete la parte più vera di Chiara  
il mio diario il mio amico il mio SOLE*

*grazie per non abbandonarmi mai so che non è facile per te stare  
con me*

*ti racconto sempre cose tristi e prego sempre il Signore tramite  
te di raccogliermi mettendo fine all'inferno terreno che vivo  
quotidianamente*

*ma oggi caro il mio SOLE ti racconterò tutt'altro che cose  
tragiche*

*oggi parleremo di cose fantastiche*

*ok mettiti comodo che ti dico tutto*

*una vacanza per te dalla drammaticità di quello che è la mia  
vita da un sempre indefinito*

*questa mattina non appena mi sono svegliata ho subito avvertito  
un sapore diverso nell'aria*

*il vuoto che sento sempre era con me ma l'aria aveva sfumature  
di colori molti diversi dal solito*

*finalmente c'erano dei colori*

*sai che vivo da anni nel nero ma oggi già dal primo momento in  
cui ho aperto gli occhi ho visto il rosa il verde il rosso l'azzurro  
e soprattutto il giallo*

*proprio come te che sei il mio sole*

*lo sai che in questo periodo sono abbastanza in carne anzi no  
diciamolo sono proprio grassa ormai i miei sbalzi di peso  
variano da giorno a giorno e non sono più una novità*

*come sai i miei massimi fino ad ora sono stati da 36 chili a 90*

*ora sono a metà tra questi estremi per me con o senza ossa  
sporgenti sono sempre troppo grassa  
sono scesa in cucina e lì ho trovato sia la mamma che il papà  
stavano facendo colazione  
la mamma mi ha stretta forte  
con mia grande sorpresa dato che ieri sera abbiamo litigato  
ferocemente  
mi ha stretta quasi a farmi mancare il fiato e ha fatto tutto un  
discorso strano  
più che strano inaspettato  
mi ha sempre detto che sono una bella ragazza ma il fatto che  
me lo dica ora che sono così cicciotta è una vera sorpresa  
diceva che sono bella come sono  
che mi vuole bene a prescindere dal mio peso  
diceva che la mia vera bellezza veniva dai miei occhi che  
riflettono l'immenso cuore che ho  
la guardavo allibita quasi non riconoscevo quella persona che  
spesso mi ha fatto sentire una schifezza per il solo fatto di essere  
sovrappeso addirittura facendomi pensare che anche Luca si  
vergognava di me  
lei che è così bella magra curata e perfetta mentre io sono  
lugubre brutta grassa e trascurata  
oggi io ero io accettata e degna di esistere per quello che sono  
a prescindere dall'estetica addirittura mi ha proposto di non  
fare sport oggi e ha detto che per pranzo al mio ritorno da  
scuola mi avrebbe fatto trovare la parmigiana con contorno di  
patatine fritte  
capisci caro sole?  
il fritto da noi è bandito fa male all'organismo e fa ingrassare  
mi abbracciava e mi accarezzava ma non come fa di solito*



*lo sai abitualmente mi tocca per sentire le mie forme per constatare se sono aumentate o diminuite ma oggi era solo amore  
non sai che gioia no non era gioia bensì felicità  
erano entrambi così premurosi nel propormi sogni alimentari che bello  
poi sono andata a scuola dove solitamente mi guardano tutti come se fosse arrivato un marziano sulla terra  
risulto strana agli occhi delle persone non sembrano mai capire i miei atteggiamenti particolari  
tutte le persone che mi conoscono mi hanno vista cambiare forma con rapidità pazzesche  
la gente giustamente non sa che pensare di me  
ma oggi ho sentito parole nuove sia dai miei coetanei che dagli adulti  
sono stati messaggi chiari al di là di quello che le mie orecchie sentivano  
ho avvertito la benevolenza degli altri direttamente nel mio stomaco proprio là dove io ho da sempre quel vuoto incolmabile non ho sentito i soliti giudizi di disapprovazione non ho sentito i pregiudizi nei miei confronti che caratterizzano da anni le mie giornate  
io ero io splendida nel mio essere semplicemente Chiara accettata nonostante tutte le mie paranoie  
lo sai che vesto sempre di nero e con maglie che arrivano fino alle ginocchia  
sai che cerco di nascondere le mie forme da donna cannone e ogni tanto qualcuno mi ha presa in giro per questo mio abbigliamento  
ma oggi e mi viene quasi da ridere ben due persone mi hanno fatto i complimenti per la mia maglia nuova  
è nera lunghissima e davanti ha il disegno di un grande cuore*

*una di loro mi ha detto  
cito testuali parole  
'che bella maglia un cuore grande come il tuo '  
mi sono venuti i brividi il mio interlocutore non mi ha vista ma  
io mi sono commossa  
nessuno mi capisce mai  
la mia malattia non è comprensibile è troppo contraddittoria ma  
oggi tutti sembravano benevoli nonostante i miei continui  
comportamenti paradossali  
lo sai che spesso mi hanno scovata a mangiare di nascosto nei  
bagni della scuola  
oppure quando sono proprio fuori di me mi metto nelle ultime  
file della classe con tutte le mie borse della spesa e mangio  
nascondendomi dietro le spalle del ragazzo più alto della classe  
certi professori non mi dicono nulla ma l'insegnante di filosofia  
e storia un paio di volte mi ha presa in giro davanti a tutti i miei  
compagni  
è stato così mortificante e umiliante  
ma oggi tutto era nuovo all'esterno  
un'aria frizzante nonostante le tragedie che quotidianamente  
vivo dentro di me  
nessuno a dirmi che sono ingrassata o dimagrita  
ti ripeto so che non capivano e non capiscono ma il bello è stato  
sentire il disinteresse nei confronti del mio cancro al cervello (lo  
sai che spesso chiamo così la bulimia)  
la disperazione che sento dentro non può essere annullata dagli  
altri ma non sentirli ostili rende la mia lotta quotidiana un po'  
meno faticosa  
non sono comunque tutte rose e fiori  
oggi ho anche discusso con quell'antipatica della secchiona  
della classe ma è stata una litigata normale e come tale è  
risultata quasi piacevole*

*non so se riesco a spiegarti cosa intendo ma spero di sì  
in poche parole non ero più LA BULIMICA della classe  
ero una come loro 'normale'  
mi hanno fatta sentire al loro pari  
trattandomi come loro  
litigando con me come fanno tra di loro  
a coronare le cinque ore di scuola ho anche avuto la fortuna di  
non essere stata interrogata in chimica  
ieri sera non avevo studiato per dedicarmi a mangiare come una  
pazza (sono pazza?) e non sono riuscita a vomitare come una  
volta  
Il mio fisico non risponde ai miei ordini come un tempo  
purtroppo  
ecco perché ingrasso  
Vabbè comunque la scampata interrogazione è stata un piccolo  
ulteriore tassello della gioia che sento adesso che ti sto  
scrivendo  
te l'ho raccontata solo per dirti che nel mondo esterno a me oggi  
sembrava tutto perfetto  
io ero semplicemente una persona  
ecco tutto  
non è poca cosa non credi caro SOLE?  
al mio ritorno a casa mi aspettavano le tanto amate patatine  
fritte con tanto di salse varie  
mi viene l'acquolina in bocca anche ora che te ne sto parlando  
lo sai che durante le abbuffate le mangio spesso ma quelle di  
oggi erano particolarmente buone perché le aveva fatte la mia  
mamma per me e pensa che insisteva perché ne prendessi  
ancora tesoro mangia  
mangia ancora  
sono contenta che ti piacciono  
te le meriti*

*e mentre le mangiavo mi guardava avendo uno splendido sorriso negli occhi  
mi guardava senza studiarmi finalmente  
non sono riuscita a mangiare tanto  
l'anoressia-bulimia non mi abbandona mai e non è una cosa esterna bensì un'entità dentro di me  
in questo periodo fatico a vomitare quindi quando riesco devo cercare di stare attenta altrimenti continuo ad ingrassare ma non ho più la capacità di impormi di digiunare come facevo una volta  
ed è quello che ci vorrebbe data la mia linea  
ma che linea e linea  
più che linea qui si tratta di una ferrovia intera date le mie dimensioni  
ahahahahahaha  
poi è successa un'altra cosa che ha davvero dell'incredibile  
la mamma ha capito  
sono ancora incredula ma lei ha davvero compreso tutto quello che di solito le recrimino  
ogni singola accusa che le ho sempre fatto  
tutto  
proprio tutto  
si è scusata  
tu sai bene da quanti anni non mi do pace cercando di farle comprendere che certi suoi atteggiamenti mi fanno male  
oggi come d'incanto lei ha compreso tutto  
sia lei che il babbo  
oggi a dire il vero tutti e tre hanno mi hanno capita  
insomma caro SOLE è stata una giornata da incorniciare tra i ricordi più belli che ho ovviamente non considerando i soliti labirinti della mia testa bacata quelli dove quotidianamente mi perdo confondendo il bene con il male*

*la mia mamma il mio papà il mio adorato fratello non erano più  
arrabbiati con me  
Sì sì non sbuffare lo so che la loro rabbia non è diretta proprio  
a me ma all'incomprensibile bulimia  
poveri familiari non sanno come comportarsi  
sono disperati perché mi amano questo lo so bene  
hanno cercato di aiutarmi rivolgendosi a non so neanche io  
quanti medici  
hanno speso cifre esorbitanti per me e non ti dico quanto senso  
di colpa ho nel cuore  
tutti quei soldi sono disseminati per tutti i bagni del pianeta  
quanto dolore sto dando a tutti loro quanto spreco di energie  
faccio loro tanto male  
pensa che arrivo addirittura a rubare  
a prendere nei loro portafogli i soldi che mi servono per andare  
a comprare la mia droga alimentare  
caro SOLE sei contento dei miei racconti di oggi?  
decisamente diversi dal solito vero?  
ma  
SOLE mio  
devo darti una delusione  
alla fine di tutto questo ahimè mi sono svegliata e il sogno è  
finito  
ero nel mio lettino caldissimo a beatificarmi di quello che vorrei  
fosse all'esterno da me  
la mia testa ogni tanto mi fa questi scherzi  
immagina dentro di sé una realtà che non esiste  
ormai la mia vita è fatta di realtà solo mie impenetrabili dagli  
altri  
spesso i miei mi chiedono come possono essermi d'aiuto  
mi chiedono come devono comportarsi  
e io non ho una risposta*



*io non so cosa la bulimia voglia dall'esterno  
porca miseria non lo so  
purtroppo non c'è un modo giusto di comportarsi con me  
l'unica cosa che posso dire è che vorrei non sentire tutta  
quell'ostilità  
vorrei che capissero che quello che faccio non è studiato a  
tavolino  
non dipende direttamente da me  
ma è come se un essere immondo si impossessasse della mia  
anima disponendo di lei a piacimento portandomi a  
distruggermi a logorarmi di acidi che bruciano nella gola ad  
essere scontrosa anche nei confronti di chi mi ama davvero  
non so dirti cosa vorrei sentirmi dire dalle persone che mi  
vivono accanto forse basterebbe semplicemente sentirmi  
accettata per quello che sono  
vivo nel terrore di essere scoperta quando svuoto la dispensa di  
casa  
so a priori che i miei genitori si arrabbierebbero ma non riesco  
a fare diversamente  
anche quando la mamma nasconde il cibo in giro per la casa  
riesco sempre a trovarlo  
è come se LUI mi chiamasse  
non sono io che mi rimpinzo di quelle schifezze  
figurati ti pare forse che una persona cosciente di quello che fa  
sarebbe capace di bere tutto in un unico sorso un'intera bottiglia  
di olio?  
Arrivo addirittura a mandare giù del pesce congelato custodito  
nel freezer  
non è una provocazione nei confronti di nessuno  
non è cattiveria credimi caro SOLE  
pensa che l'altro giorno sono andata a ripescare gli avanzi della  
cena nel pattume*

*mi vergogno  
mi faccio schifo  
ormai non ho più dignità non ho più rispetto per me stessa  
sono in balia di questi scatti incomprensibili e distruttivi che  
vivono in me  
la mamma si è accorta che mancano degli alcolici nel bar di  
casa per gli ospiti  
è ovvio pensare subito a me  
non so cosa inventarmi per cercare di non pensare a questa  
realtà che mi schiaccia ogni giorno di più e ho ben pochi  
consigli da dare a chi mi vive accanto  
gli unici sono quelli di dimostrarmi sempre amore nonostante  
l'incomprensibilità di quello che sono e di quello che faccio  
amore  
comprensione  
e carica positiva di incoraggiamento  
tutto qui  
non c'è altro che gli altri possano fare  
quello che mi dà più fastidio è che spesso sembrano gli altri  
malati  
sembrano gli altri i poverini  
la malattia è dentro di me eppure io devo pensare a come dare  
meno preoccupazioni alla mia famiglia  
e i sensi di colpa assumono dimensioni infinite  
e mi logorano dentro lentamente come una goccia dopo l'altra  
un rumore sordo  
un silenzio chiassoso  
mi spiace e mi fa male sentire la disperazione dei miei io non  
vorrei farli soffrire così ma non credo sia giusto che io mi debba  
preoccupare di far stare meglio loro  
io devo preoccuparmi di lottare  
devo cercarti dentro di me*

*perché sei il Sole di cui ho bisogno  
la parte di me che brilla e sorride  
il lavoro deve essere il mio  
sono io che devo combattere le varie battaglie che ogni giorno  
mi schiaffano davanti al naso la nera realtà  
e chissà forse un giorno questa forza la troverò nel mio cuore  
forse un giorno vincerò la mia personale guerra e i miei cari  
saranno orgogliosi di me  
gioendo con me della nuova forza positiva che sono riuscita a  
costruirmi  
ti rubo ancora pochi istanti  
ho fatto un'altra riflessione in questi giorni a proposito della mia  
forza  
stavo pensando che in effetti ne ho davvero tanta  
pensa a quanto male riesco a farmi  
pensa a che razza di cattiveria il mio corpo è sottoposto ogni  
giorno  
pensa a che potere ho  
ed è tutto verso la negatività  
verso la morte  
se ci pensi sono davvero capace di plasmare a piacimento tutto  
quello che mi riguarda in negativo  
una forza distruttiva impensabile  
pensa se riuscissi a trasformare tutto in positivo  
io credo che potrei fare davvero cose immense  
quel benedetto click di cui tutti parlano  
quello che ti fa decidere di voler guarire non arriva mai  
sono passati anni  
devo trovare il modo di costruirlo dentro di me  
devo  
questa non è vita  
è di gran lunga meglio la morte a tutto questo*

*SOLE mio devo riuscire a trovarti nel mio cuore  
ma forse tu lì non ci sei e allora sarò io stessa ad inventarti e  
chissà forse un giorno tutta me stessa ti crederà naturalmente e  
i sorrisi saranno finalmente spontanei e non artefatti come ora  
ok ti vedo che oggi non ne puoi più  
lo sai che sono una chiacchierona  
ti abbraccio forte grazie per essermi sempre accanto  
ti voglio bene.  
a domani  
la tua piccola Chiara*

### **38) CASA DI CURA**

Dopo il tentato suicidio, fortunatamente non andato a buon fine, non si poté più aspettare.

L'ipotesi di un ricovero presso una clinica specializzata era già stata ripetutamente ventilata, senza però trovare riscontro oggettivo nelle azioni reali, ma dopo l'eclatante gesto di Chiara, si decise di andare fino in fondo.

I genitori avevano velocizzato i termini d'ingresso perché avvolti da sconcertante disperazione, e il risentimento che apparentemente mostravano agli occhi della figlia, altro non era che preoccupazione vissuta ora in maniera estrema.

Mai, come allora, la paura di perdere la propria bambina si era fatta concreta e il desiderio di giocarsi il tutto per tutto non fu più una scelta, ma un dovere.

Giunse, così, il momento di preparare i bagagli che avrebbero portato Chiara ad una lontananza forzata dalla sua famiglia, dai suoi affetti, dai suoi poster, dal suo habitat...

La sera prima, come un condannato che esprime l'ultimo desiderio, scongiurò i genitori di lasciarla sola, per consumare quello che avrebbe dovuto essere l'ultimo delirio, l'ultimo atto

di una vita di sofferenza che si sarebbe conclusa con l'ingresso in clinica.

Non era stata una sua scelta, quella del ricovero, ma sperava comunque che potesse trattarsi della svolta definitiva a quella vita di sofferenza e dispiaceri.

Quella sera, lasciò che i genitori salissero in camera e diede loro la buonanotte. Poi, con rapidità febbrile, corse in cucina e diede inizio allo scempio, divorando, ingurgitando ogni cosa, per tutta la notte, espellendo tutto, e ricominciando fino alla mattina seguente.

Giunse il momento della partenza.

Chiara guardava la casa come se non l'avesse mai vista, o più semplicemente, come se sapesse che non l'avrebbe rivista per chissà quanto tempo.

Erano soli, lei e il papà, e durante il viaggio non si dissero molte cose.

Raggiunta la clinica, vennero salutati con il fare cordiale che si riserva ai visitatori esterni, e vennero accompagnati alla stanza che avrebbe ospitato la ragazza.

Nel percorso lungo i corridoi, Chiara osservava le altre ragazze, e si chiedeva come mai tutte avessero occhi spenti, persi nel vuoto del nulla. Avevano la stessa malattia, ma a differenza di molte delle ospiti, lei manteneva una buona lucidità, cosa ancora peggiore data la consapevolezza di ciò che la circondava.

In seguito venne a sapere che l'opacità dei gesti e delle espressioni di quelle ragazze altro non era che il risultato di potenti psicofarmaci, conseguenza diretta delle cure in corso.

Arrivati alla camera, Chiara venne raggiunta da una dottoressa, che con fare autoritario le chiese di seguirla e lei domandò un attimo di tempo per poter salutare in maniera doverosa il suo papà.

Ma non le fu concesso.



Con modi bruschi, il medico invitò il papà ad allontanarsi. E in quell'istante crollò tutto.

Come poteva essere che non le fosse neanche concesso di salutare suo padre?!

Sentì un doloroso groppo alla gola, e quando vide il mento tremante dell'uomo che tendeva le braccia per stringerla a sé, esplose in un pianto disperato nel quale tentava di parlare, senza riuscirci. Avrebbe voluto dirgli tutto quello che nell'arco dell'intera vita non era riuscita a comunicargli. Avrebbe voluto fargli sapere quanto bene gli voleva e quanto per lei fosse importante. Riuscì, invece, con la forza dell'affetto e dell'istinto protettivo, a dirgli di stare tranquilla, a promettergli che sarebbe guarita.

Poi, venne condotta altrove, da sola, in un mondo nuovo, impensabile per chiunque non lo abbia vissuto.

I lunghi corridoi e i finestroni alti davano l'idea di una grossa scuola stile impero, ma il clima che si respirava era tutt'altro che simile alla spensieratezza chiassosa tipica degli alunni.

Camici bianchi e azzurri si alternavano a facce di ragazze non più in fiore, scarne nell'aspetto, scarne nell'anima, mentre da fuori entrava una luce di un sole che non avrebbe scaldato il cuore di nessuna delle presenti.

Continuando a guardarsi attorno, venne condotta alla sua prima anamnesi, dove venne *interrogata* fin nelle cose più intime e profonde.

Dopodiché, venne il momento di andare a pranzo e a nulla valsero le proteste di Chiara, con cui fece presente la crisi avuta la sera prima, che le rendeva impossibile assumere, in quel momento, ulteriore cibo.

Ma non venne ascoltata nessuna ragione; il personale non era pagato per interagire con i pazienti, bensì per eseguire le direttive.

Fu così che un'inservente automa la condusse in quella che sarebbe dovuta essere la sala da pranzo, e Chiara provò la stessa sensazione che visse al momento in cui vide allontanarsi il papà; quella cruda, tagliente freddezza di chi sta vedendo scivolare via il proprio essere da dentro di sé.

Quante ore interminabili seduta, sedute, a quei tavoli da pranzo. Le ragazze che soffrono di anoressia sono incredibilmente lente nel mangiare, proprio come se questo gesto naturale fosse loro estraneo, e quindi una sofferenza.

Un boccone dietro l'altro, lentamente, quasi a volerlo dissolvere prima di deglutirlo.

La regola era che non ci si poteva alzare finché l'ultima delle ragazze non avesse ultimato il suo pasto, durante il quale c'erano controlli severissimi. Veniva verificato che il cibo non venisse disperso, ma mangiato regolarmente, e questa procedura veniva applicata da dietiste professioniste, transitanti tra i tavoli al "passo dell'oca".

Tutto quell'essere rigidi al limite del sistema marziale, veniva ridicolizzato dal fatto di lasciar libere le pazienti la mezzora successiva alla fine del pasto.

Ha dell'incredibile, ma era davvero così.

Le ragazze venivano costrette a mangiare tutto ciò che veniva loro messo davanti, poi, quasi come a dire "Ehi, stavamo scherzando...", venivano lasciate libere... di correre in bagno a vomitare tutto.

Terminati i pasti, infatti, si assisteva ad un regolare flusso verso i bagni, presi d'assalto dalle degenti come anziani alle poste, il giorno della pensione!

Tra colpi di tosse, sforzi e occhi lacrimosi, la coda si snodava nei servizi, dove ogni ragazza aspettava impaziente di poter avere un W.C tutto per sé, dove espellere ciò che avrebbe dovuto curarla...

Chiara, no.

Chiara stava lottando con tutta sé stessa al fine di rispettare le promesse fatte al suo onore e ai genitori. Avrebbe dovuto essere più forte del demone che aveva dentro; piangeva, si disperava e lottava con sensi di colpa incredibili, ma tenacemente, provava a conservare dentro i quattro pasti quotidiani.

L'idea di essere finita in un *lager* prese forma dopo aver assistito a scene che avevano (*e hanno, perché queste realtà stanno ORA vivendole chissà quante ragazze*) dell'incredibile.

Ok, questo è un libro e nei libri spesso si “romanza” la realtà per renderla più forte dal punto di vista editoriale. Quello che vorrei sottolineare è che qui non si sta facendo questo gioco. Quanto qui riportato, corrisponde fedelmente a quanto accaduto; di conseguenza, è reale anche ciò che sto per scrivere.

Tra le tante, c'era una ragazza che chiameremo Vania.

Vania soffriva di anoressia e mangiare per lei consisteva in una violenza sia fisica, sia psicologica (un po' come per tutte, del resto).

Si sedeva a tavola con invisibili fazzolettini di carta posati in grembo e con il suo metodo puerile di liberarsi del cibo, era riuscita a gabbare le inservienti per diverso tempo.

Compostamente, con movenze da educanda, sorbiva il cibo quasi con gusto, lo masticava e lontana dallo sguardo dominante delle dietiste, sputava il tutto nei fazzolettini e li racchiudeva nel pugno, come se fossero stati utilizzati nella loro funzione canonica.

Andava avanti così, Vania, fermamente intenzionata a fregare gli istituti, senza badare quindi al fregare sé stessa.

Tutti conosciamo il proverbio del diavolo, delle pentole e dei coperchi, così una mattina, durante il pranzo, Vania venne tenuta

d'occhio da un paio d'inservienti, che notarono e scoprirono il suo escamotage.

Le urla di rimprovero e i modi sgarbatamente violenti che seguirono, ebbero dell'incredibile.

Tensioni ad ogni pasto erano all'ordine del giorno, ma ciò che fece la dietista di turno sfociò nell'ignobile, nell'intollerabile, nell'ingiustificabile.

Obbligò letteralmente la ragazza a rimangiare tutto ciò che aveva sputato.

Tutto. Tutto quanto.

Piangeva, Vania, aveva provato ad opporsi a quell'imposizione, ma fu costretta ad eseguire l'ordine, senza possibilità di replica alcuna. Lacrime e "cibo". Pianto e dolore.

Quello che mi restò più impressa, fu la cattiveria che la tutrice lasciò trapelare nell'eseguire ciò che apparentemente, solo apparentemente, poteva sembrare un metodo curativo.

Non sarebbe dovuto succedere di veder degenerare la cosa in un atto di violenza del genere; quella donna stava fottendosene altamente del livello di fragilità psicologica di quella paziente, o di chiunque altra degente che assistette a quella scena!

E invece andò fino in fondo.

Non ricordo se Vania, al termine del "pasto", andò in bagno a vomitare, ma in quel caso quella volta, come darle torto?!

Un'altra ragazza, che chiamerò Lucia, aveva l'idea radicata che ogni cosa potesse immettere calorie nel suo corpo. Aveva l'ossessione che anche un semplice contatto con gli altri potesse portarle un aumento di calorie, così come il toccare un oggetto avuto in mano da un'altra persona era per lei una situazione di terrore.

Viveva, così, guardinga e piena di panico, per tutto il resto del giorno. Una semplice carezza, o pacca sulla spalla la faceva

schizzare a lavarsi, lavarsi, lavarsi, e non vi dico quante sgridate dovette subire per aver abbandonato la sala da pranzo (dove toccava tutto servendosi di un tovagliolo-filtro di carta) in anticipo, meta la doccia!

Era davvero tutto distorto. La realtà nella quale vivevano le compagne di Chiara aveva seriamente dell'incredibile in modo mostruoso. Da subito, il gioco di maggior soddisfazione diventò quello di fregare la dietista, anche nelle maniere più schifose. Le ragazze, ad esempio, si sollevavano dal piatto con tutto il viso cosparso di sughi e salse, a evitare di ingerire quante più calorie possibili. Se le salse erano sul loro viso, non erano dentro di loro, quindi quello era un espediente molto praticato.

La guerra tra le due fazioni (tutori contro pazienti), si combatteva anche con abusato armamento chimico; ossia, venivano somministrati alle degenti quantitativi massicci di psicofarmaci e calmanti in genere, senza troppo badare al fatto di ridurle ad uno stato di quotidiano torpore mentale e fisico.

I giorni passavano, così, con monotonia: i soliti pasti, i soliti sguardi morti, i soliti sforzi gutturali, i soliti pianti, le solite fobie malate.

Ragazze di circa trenta chili che si trascinarono lungo ringhiere, perché avevano bruciato tutto di loro, muscolatura compresa, e nonostante questo, continuavano a spalmarsi creme per dimagrire.

Ragazze sfinite, che si pizzicavano la pelle dei glutei, solo rivestimento delle ossa, e si trovavano comunque grasse.

Ragazze che si alzavano alle 4.00 del mattino per andare in bagno ad iniziare i propri "riti".



Ragazze che venivano alimentate artificialmente, perché avevano carenze volontarie di qualunque tipo.

Ragazze più vicine alla pazzia che alla normalità erano il pane per quella clinica e l'impressione che si traeva da certi comportamenti, era che il personale si guardasse bene da far guarire gli ospiti, per garantire una più lunga permanenza. Vabbè, queste sono illazioni distorte...

Di lì a poco le cose sarebbero cambiate, per Chiara. Era prassi di quella clinica, una volta superata la fase iniziale, consentire alle ragazze di vivere più normalmente la loro degenza. Era loro concesso di vivere fuori, rientrando quotidianamente per seguire le terapie, così Chiara si diede da fare per trovare un appartamento nei paraggi dell'ospedale.

Il primo giorno nel nuovo locale, andò secondo le regole prefissate, anzi era particolarmente eccitante l'idea di provare a vivere in maniera quasi autonoma; le pareva di aver ricevuto una bella dose di fiducia, ricevendo il permesso di volare da sola in quel cielo malato.

Tutta fiera della nuova residenza, Chiara uscì per la spesa e tutto si svolse regolarmente fino al mattino seguente, al momento di consumare la colazione.

La radiosveglia aveva cantato serenamente l'alzarsi di una leggera foschia mattutina, mentre il latte bolliva sul fornello e Chiara tagliava la busta dei cereali che di lì a poco sarebbero affogati nella piscina bianca.

Si sentiva leggera, Chiara, e mentre compiva i gesti di una ragazza qualunque che si prepara la colazione, quasi canticchiava a labbra socchiuse.

Stese lentamente un canovaccio colorato sul tavolo della cucina, riempì la scodella di latte e vi versò un'allegria manciata di fiocchi di granoturco, foglie di cibo cadute nel candido mare.

Fu un attimo.

E il primo cucchiaino che s'infilò nella sua bocca liberò il demone.

Scosse la testa, Chiara, come a voler dire di no, e prima ancora di rendersene conto, aveva trasformato la scodella in una mangiatoia dalla quale salivano solo risucchi e respiri affannati. La testa saliva e scendeva, mentre schizzi di latte le inondavano il viso, durante quell'orgia frenetica. Terminata la quantità di cereali nella tazza, si avventò sulla scatola, dilaniandola e ingollando l'impossibile in un baleno, senza rendersene conto, senza percepire il sapore di nulla.

Quella colazione fu l'inizio della nuova devastazione e il crollo di tutte gli equilibri che precariamente erano riusciti a restare in piedi fino a quell'istante.

Riprese tutto ciò che aveva provato a eliminare. Il momento con la spesa era un istante di piacere sublime in cui il carrello si riempiva a dismisura nel pregustare l'atto d'amore con il cibo.

Chiara tornava a casa, ingurgitava tutto ciò che aveva comprato, vivendo veri e propri momenti di estasi; spesso non riusciva neppure a raggiungere l'appartamento e consumava parte degli alimenti in macchina, o addirittura mentre ancora percorreva la fila del supermercato.

Ed ecco echeggiare in quella casa versi incredibili, quasi grida sforzate dall'incontrollabile e incontrollato bisogno di rigettare tutto quanto.

Qualche attimo per riprendersi, e poi via, di nuovo alla ricerca maniacale di un qualche negozio d'alimentari, di una pizzeria, di un qualunque punto di ristoro, ripiego obbligatorio nel caso l'astinenza fosse stata così marcata da non consentirle di raggiungere il discount.

Alla fine di ore di abbuffate, Chiara si sentiva una nullità incapace di controllare i propri impulsi; formulava, in quei momenti, continui buoni propositi, che duravano puntualmente

giusto il tempo delle pulizie e poi la distruzione riprendeva da dove aveva concesso tregua.

Era veramente vicino alla fine, Chiara. Una vita estrema, a livelli estremi.

Più volte aveva chiesto aiuto in clinica, ma senza ottenere risultati apprezzabili. Venivano elargiti consigli, suggerimenti, ma nulla di particolarmente efficace; veniva lasciata al suo destino, in quella casa che era l'anticamera dell'inferno.

Stava giorni e giorni a massacrarsi là dentro, senza che nessuno dell'ospedale la cercasse, senza che nessuno s'accorgesse della sua assenza.

Abbandonata.

Crisi, pianti, urla, abbuffate, sangue e autolesionismo.

Questi erano i parametri costanti del mese e mezzo trascorso in quella casa, parentesi nella parentesi che sfociò disperatamente in un nuovo ingresso in clinica, con condizioni di assenza mentale, spirituale e possiamo dire anche fisica.

Anche quell'esperienza se ne andò, così com'era arrivata. Anche quell'esperienza, così come non fosse arrivata per niente, produsse risultato alcuno, ricacciando Chiara nel suo baratro, con una speranza di meno, con una chance di meno per potercela fare.

Concorde coi genitori, probabilmente più sconsigliati e disperati di lei, abbandonò la clinica promettendo controlli periodici, e rientrò a casa, nella sua città, nella sua terra, dove il dolore aveva, se non altro, un aspetto più familiare.

Per tentare l'ennesimo cambiamento di vita e di abitudini, Chiara optò per andare a vivere dalla zia, e per qualche tempo riuscì ad imporsi di non rifiutare il cibo.

Ma le illusioni di sempre si rivelarono tali ben presto, e non era difficile per la ragazza ingannare la parente. Mangiava, e poi si

liberava di tutto, quando andando in bagno, quando uscendo ed usando borsine di plastica e curandosi di attendere che suoni come lo scorrere dell'acqua della vasca o motori di auto ignare coprissero i suoi feroci conati.

Continuava a dimagrire, scivolando disperatamente dall'inerzia di quella spirale mortale, e anche durante i controlli periodici in clinica trovava puntualmente superficialità e negligenza, che rendeva più facile ipotizzare una guarigione in corso, che non un fallimento dei metodi applicati. Quella magrezza denutrita veniva semplicemente catalogata come "normale reazione del fisico", contro ogni logica e regola di buonsenso.

Chiara sapeva di non essere distante dalla fine della corsa, eppure continuava come un eroe a lanciare la propria locomotiva contro lo schianto ultimo, padre della grande consolatrice.<sup>2</sup>

Si sfogava scrivendo, e in un commento di disperazione colto dalla zia, Chiara scriveva cose terribili, ribadendo odio assoluto verso il cibo, asserendo di ricorrere al suicidio qualora non le fosse più riuscito vomitare.

Parole distorte di una mente distorta, troppo provata ormai per riuscire a fronteggiare il demone che era in lei.

Da quel giorno, però venne controllata a vista e le venne impedito di assentarsi per le sue pratiche ad ogni fine pranzo.

Il fisico, abituato a restrizioni alimentari ai limiti della sopravvivenza, rispose naturalmente gonfiandosi a dismisura, quasi a voler incamerare più sostanze nutritive possibili, quasi incredulo di quella inopinata tregua.

---

<sup>2</sup> La visione della Morte come di *colei* capace di elargire conforto, è raccolta in questi termini dai versi del poeta cantautore Guccini, cui è reso doveroso omaggio.

Presentandosi alla successiva visita di controllo, le analisi di Chiara risultarono talmente fuori dai canoni normali, che le venne imposto un nuovo ricovero.

Non ne poteva più.

Non ce la faceva più a vivere in quella maniera che non aveva più a che fare con quella che gli altri chiamavano vita, ma come in passiva accettazione degli eventi si ritrovò tra i letti dell'ospedale, in un reparto diverso da quello femminile, per questioni di spazio.

Del resto, le era stato specificato che la sua degenza non avrebbe superato i dieci giorni, per cui, con un po' di sacrificio, avrebbe portato a termine la sua permanenza rapidamente.

Trascorrevano i giorni senza che nessun controllo e nessun esame venisse sottoposto alla ragazza, e negli interminabili tempi morti, dove la noia di guardare dalla finestra era l'unica alternativa al rimanere a letto, Chiara ebbe la libertà di uscire diverse volte al giorno per recarsi ad un bar poco distante; acquistava del cibo, lo consumava voracemente, e rientrava in ospedale per vomitare tutto.

Una sera più tranquilla di altre, scivolò come un'ombra in bagno e, assicuratasi di non esser vista, si piegò sul W.C. e come sempre diede inizio a quell'indecente modo di martoriarsi.

Udì dei passi dietro di sé, subito dopo essere *riemersa* dal suo sputare l'esistenza, e si alzò preda del terrore, restando in silenzio davanti alla porta metallica del bagno.

L'infermiera, che stava sciacquando qualcosa nei lavabi, non poteva certo non averla sentita.

E allora perché non reagiva? Perché non la denunciava per ciò che aveva visto? Perché non le tendeva una mano, sgridandola, scotendola, indicandola ai medici come figura da tenere sotto controllo? In quelle domande c'era la paura di Chiara di esser



scoperta, ma ancora maggiore era il terrore puro di non esserlo, di essere abbandonata a sé stessa.

E così accadde...

Chiara uscì dal bagno con ancora occhi lacrimanti, e pulendosi la bocca col dorso della mano.

Guardò la donna in camice azzurro con occhi spenti, e ricevette in cambio uno sguardo di indifferenza, misto a ripugnanza.

Non venne pronunciata parola alcuna.

La donna uscì.

Chiara restò in bagno, più vuota che mai: di cibo, di speranza, di vita.

I giorni trascorsero, senza che la ragazza venisse curata dal suo innaturale gonfiore; veniva visitata, osservata, *studiata*, ma mai sottoposta a cure precise.

Il dubbio di Chiara di essere un oggetto di studio, anziché una comune paziente, si concretizzò quando il medico che l'aveva in terapia, le comunicò la necessità di prolungare la permanenza ad ulteriori dieci giorni.

No.

Non avrebbe accettato.

Ce n'era abbastanza per fuggire, per finire di uccidersi da sola, senza continuare quel ricovero farsa che le permetteva solo di continuare a compiere le sue abituali, sconsiderate, azioni.

Esprese la propria intenzione di abbandonare la clinica, e duramente le venne risposto che se l'avesse fatto, avrebbe dovuto prendersi la responsabilità di firmare il modulo d'uscita, perché nessuno dei medici l'avrebbe mai dimessa.

Chiara, con tenacia, chiese la preparazione dei moduli da siglare e rientrò in camera per preparare la valigia.

Guardò i compagni di camera l'ultima volta, e disperse il proprio sguardo nel panorama opaco fuori dalla finestra.

Poi si recò nello studio del curante, che le indicò il foglio su cui dover porre la propria firma, prima di uscire.

Con passo malfermo e mano tremante, Chiara si abbassò sulla scrivania; ma prima di riuscire ad appoggiare la punta della penna sulla pagina, il medico l'avvicinò e le disse sottovoce che, firmando, avrebbe firmato la sua condanna. Esplicitamente, senza mezzi termini e con una punta di compiaciuta saccenza, fece presente alla ragazza che se mai avesse deciso di uscire da quella clinica, non sarebbe mai più guarita.

Con un bagliore di vita negli occhi, raggio di un sole interno nascosto, sostenne lo sguardo del medico, posò la penna energicamente e firmò.

Quelle parole di sfida l'avevano spronata, toccando corde occulte della sua mente.

Raccolse lo zaino, guardò ancora una volta il dottore, e si voltò, lasciando per sempre quel luogo sospeso in una dimensione a sé stante.

### **39) CENNO SCOLASTICO**

Il ricovero presso la clinica avvenne durante il secondo quadrimestre del quinto anno di liceo, periodo che culmina, come tutti sanno, con l'esame di maturità.

Prima di prendere la decisione di far sospendere gli studi a Chiara per un dato lasso temporale, i genitori si recarono dal direttore dell'Istituto scolastico per domandare consiglio sul come muoversi per tentare di curare la figlia e contemporaneamente cercare di non farle perdere l'anno scolastico, e quindi l'appuntamento con l'esame.

Va detto che il rapporto tra il direttore e Chiara non era dei migliori; costui, che ricopriva anche il ruolo di insegnante di

Filosofia, non aveva mai compreso la malattia della ragazza e spesso ne faceva insensibile oggetto di scherno durante le sue lezioni. Chiara dimostrava spesso comportamenti che lui non tollerava, azioni che si limitavano esclusivamente alla sfera alimentare. Infatti il suo bisogno era quello di sempre, quello che l'accompagnava in tutte le ore della sua giornata: mangiare! Così, eccola negli ultimi banchi, a raccogliere furtivamente quando un biscotto, quando una merendina, quando un pizzicotto di focaccia, per poi cacciarselo in bocca in piena lezione.

“Non sai fare altro che mangiare!” – era spesso il commento di quest'insegnante, accompagnato dalle risa dei compagni, plauso forzato come spesso avviene tra i banchi allo *spettacolo del conduttore*.

Fondamentalmente, quell'uomo riteneva che la ragazza soffrisse solamente di capricci infantili e che i suoi problemi fossero circoscritti semplicemente nel fatto di essere viziata.

A poco servirono le energiche discussioni avute con i genitori, se non a creare ancora maggior attrito, quando la ragazza si lamentò di aver subito trattamenti non proprio eleganti.

Ad ogni modo, venne concordato che Chiara avrebbe potuto curarsi con tranquillità, e poi sarebbe stato sufficiente reinserirla a scuola qualche tempo prima dell'esame, così la partenza per la clinica di cui abbiamo parlato sopra avvenne senza grosse preoccupazioni.

La sorpresa l'attese al rientro.

Dopo lo spossante soggiorno di non-cura rientrò a scuola e le venne comunicato che non sarebbe stata ammessa agli esami per eccessivo numero di assenze.

Dio solo sa quanto le sarebbe servito togliersi di mezzo il pressante pensiero della scuola; Dio solo sa quanto avrebbe

desiderato concentrare ogni minima energia per cercare di debellare il suo male.

Ma non ci fu niente da fare.

Tra furibonde litigate e minacce di esposti, tutto si concluse con il dover ripetere il quinto anno scolastico, ennesima difficoltà in un'esistenza costellata dal soffiare di venti contrari.

Parlare di questa disavventura scolastica potrebbe far allargare le braccia a chi legge e far pensare che Chiara ha veramente avuto tutte le sfortune del mondo.

Ma il motivo per cui ho fatto cenno a quest'episodio è solamente quello di far riflettere.

Già, far riflettere chi prende con leggerezza le cose, le malattie, i traumi giovanili anche meno gravi di quelli che ha attraversato Chiara.

Perché un direttore, un preside, un insegnante, deve permettersi di mettere in ridicolo un alunno?

Per carità, non mi permetto di far prediche anche perché correrei il rischio di andare in un terreno diverso da quello che ho deciso di coltivare, e poi, francamente, tonaca e pulpito non mi si addicono...

Però, se queste pagine finissero tra le mani di un insegnante (non importa se di scuola media, di elementare, di università, di asilo, di danza o di nuoto!), vorrei che servissero a farlo riflettere un minimo.

Pensate sempre, cari insegnanti, alla formazione che date ai vostri allievi. Essa non è solo strettamente legata all'impartire fedelmente il contenuto dei tomi scolastici. Il vostro è un ruolo che può dare molto, moltissimo a livello individuale, personale, umano.

Spesso chi è seduto davanti alla vostra cattedra vive situazioni che neanche immaginate. O se le immaginate, probabilmente lo fate in maniera più *soft* rispetto a come sono realmente.

Insomma, un po' di comprensione in più (anche se non prevista dal contratto sindacale) a volte potrebbe risultare determinante per rispondere alle mute richieste d'aiuto degli uomini in erba del domani.

Piccolo appunto.

Subito concluso...

#### 40) MIAMI

E così, per non farci mancare niente, parliamo dell'esportazione della malattia in terra straniera.

Raccontiamo quello che faceva Chiara in quel di Miami, dove ogni turista italiano va per godersi il bacio del sole e l'abbraccio dell'oceano.

Miami, signori!

Pelli abbronzate, shorts, bellimbusti in bermuda e bambole da sogno!

Questa è Miami, questo è profumo di vacanza in America.

Chiara si trasferì negli USA con l'ennesimo, illuso tentativo che le cose potessero prendere una piega risolutrice. La invitò suo fratello quando si ipotizzò l'ingresso in comunità della ragazza.

*“Prova a venire via con me; se va male anche questa volta, allora andrai in comunità”.*

Nonostante le molteplici delusioni, continuava a pensare che un cambio d'ambiente sarebbe potuto essere d'aiuto. Spesso, quando le si sono tentate tutte, si continua a provare, nella speranza (spesso vana) di azzeccare il poker d'assi e di chiudere la partita, così, bagaglio alla mano, Chiara si ritrovò sul primo



volò per la Florida senza pensare che sul sedile del passeggero, accanto a lei, prendeva posto la sua malattia.

Miami, e l'America in sé, è la traduzione dei grandi spazi e dell'immensità. Enormi costruzioni di vetro e metallo lampeggiavano dall'alto della loro imponenza riflessi di sole che raggiungevano l'aereo in fase di atterraggio. Era eccitante e splendido allo stesso tempo entrare in quel mondo, in quella realtà. All'aeroporto, ad attenderla, c'era il fratello Luca, bello come un divo hollywoodiano nella sua camicia di lino bianca, e pantalone cachi.

Lei, bionda e abbronzata, si integrava perfettamente ai fototipi locali, sembrando un'indigena a tutti gli effetti.

Si abbracciarono i due fratelli, proseguendo verso l'alloggio, raccontandosi di tutto e aggiornandosi sulle ultime novità reciproche.

Durante il percorso, Chiara non faceva altro che osservare il paesaggio circostante, trovandolo esattamente dell'aspetto idealizzato; negozi dai mille colori facevano da cornice ad ampie strade molto trafficate, nelle quali sfrecciavano sapienti pattinatori e abili ciclisti.

E il sole?! Ah, il suo amato sole era carico di un'energia più intensa di quello di qualunque altro posto; aveva i colori della festa, della rinascita, della bellezza vitale.

Ma queste erano solo illusioni.

Come sempre, del resto.

Illusioni che rendevano euforica la nostra donna bambina; illusioni che erano solo un disperato bisogno di pensare positivamente; illusioni che si dissolsero immediatamente, al primo appuntamento con il bagno americano.

Vomitare in America non ha tutto questo fascino...

Il sapore di sangue e di acido sono gli stessi che a casa propria; la disperazione, invece, diventa peggiore perché ancora una volta si somma alla delusione di non riuscire a farcela.

Caro Luca, che l'accompagnava in bagno, speranzoso che fosse l'ultima volta. L'abbracciava sudata, poi, tradendo spesso mento tremolante e paura, mentre stringeva a sé quel mucchio d'ossa che era sua sorella.

Le giornate di Chiara trascorrevano in maniera piuttosto metodica, e la sveglia di buonora mostrava una Miami assonnata, avvolta dalla luce non luce delle quattro del mattino. Negli Stati Uniti, esistono supermercati aperti ventiquatt'ore su ventiquattro, dove chiunque, preda di un languorino notturno può permettersi di entrare e compiere le proprie spese senza dover fare code estenuanti. Condizione ideale per chi, come Chiara, si svegliava a quell'ora proprio per agire indisturbata.

Scendeva le scale in maniera furtiva, e si recava tra scaffali colmi di ogni grazia di Dio; riempiva immense sporte per la spesa e rientrava, passando dalla scala di emergenza. Poi si rannicchiava tra una rampa e l'altra, tirava fuori dalle buste di plastica ogni sorta di liquidi e cibarie, e dava inizio al macello. Seduta sugli scalini, divorava e beveva tutto quanto con la voracità di sempre.

Al termine, si alzava goffamente e si accertava di essere ancora la sola anima viva in quel lato dello stabile. Al che, raccoglieva le borse di plastica che fino a poco prima contenevano le cibarie e le *rimetteva* dentro!

Vomitava l'impossibile, aiutandosi spingendo lo stomaco con violente pressioni delle dita.

Stremata dalla fatica, sudata e con le lacrime agli occhi, teneva i sacchetti accanto a sé il tempo necessario per riprendersi e liberandosene subito dopo, gettandoli nello scivolo dei rifiuti tipico dei palazzi americani.

Ce l'ho ancora davanti, povera piccola, con la testa nelle sportine mentre emette versacci orribili, con gli occhi brucianti da lacrime e sudore, e vomito che... *gli sforzi sono talmente intensi, allora la bocca non basta più, e prende a uscire anche dal naso...*

Di nascosto, rientrava a casa quando ancora il fratello dormiva e come lui si stendeva nel letto, quasi a voler sperare che le sue azioni fossero semplicemente il prodotto di un incubo.

A mattino inoltrato, quando la città splendeva di sole salutare, Chiara, infilava i pattini in linea e, perfettamente integrata, sfrecciava con le bellezze indigene per i viali della costa; poi, non ancora paga, si sottoponeva a lunghi ed estenuanti bagni di sole.

Pensava solo e assolutamente a voler bruciare l'impossibile, a voler espellere il concetto di cibo dal proprio organismo, tanto da assumere rapidamente sembianze scheletriche, pallide, mortali.

Questo fu il periodo di soggiorno di Chiara a Miami. Un semplice vivere la malattia in un luogo geografico differente.

L'America è l'America, con tutte le sue sfaccettature quotidiane; lacrime e sorrisi che si rincorrono, danno origine al mito d'oltremare, ad un mondo pieno di aspettative, di speranze e di sogni.

E anche chi sta vivendo la Morte, ovvero chi sta morendo nella vita, può attingere note colorate nel vasto pentagramma dell'esistenza.

Ma non è necessario vivere l'America per ascoltare quelle note. Quella melodia è presente nella vita di ognuno di noi, così come lo era nella vita di Chiara.

Durante la drammaticità di quei giorni, arrivò dall'Italia il caro Simone, amico di famiglia che decise di andare a trovare i due fratelli in quel di Miami.

Dopo l'accoglienza calorosa, suscitata dalla sempre piacevole sensazione che nasce ogni qual volta incontriamo un volto amico in terra straniera, i tre ragazzi fecero un giro per la città, decidendo su due piedi di assecondare un vecchio desiderio dell'ultimo arrivato, ossia far visita agli studi cinematografici della Universal, ad Orlando.

Quella fu una vera festa! Un vero e proprio mondo delle meraviglie dove tutto il resto veniva in secondo piano. Quella favola fatta realtà rapì Chiara e gli altri due ragazzi, per un viaggio che restò comunque tra i ricordi più belli.

Appena varcati i cancelli d'ingresso, Chiara si accorse della presenza di un locale sullo stile del vecchio "ARNOLD'S", di Happy Days. Ricordate l'amore che aveva verso gli anni Cinquanta e Sessanta, vero?! Entrare in quella costruzione a tema, popolata di 'fantasmi' di quegli anni, le dava l'impressione di veder sbucare Elvis Presley da un momento all'altro!

Juke-Box dallo stile antico, eppure nuovissimo, gridavano nell'aria voci di chitarre *clean* e giri di basso rockeggianti, mentre cameriere in gonnelline lunghe a scacchi coloravano l'atmosfera danzando con impomatati cavalieri di pelle.

All'esterno stava per iniziare uno spettacolo, e i tre si affrettarono a prendere posto, passando accanto ai coetanei, abbigliati come i loro genitori di allora.

Chiara indossava una T-shirt grigia recante una figura stilizzata di Mickey Mouse, jeans neri e zainetto; insomma, era in perfetta divisa da ragazza moderna, abbronzata come il sole della Florida impone d'essere e appariva come se fosse lei quella 'strana', in mezzo a quell'omogenea rappresentazione della realtà passata.

Raggiunto l'esterno, Chiara capì in un attimo che avrebbe assistito a un concerto tipico, pregno di tutte quelle musiche che l'avevano accompagnata nel difficile tragitto della crescita; quelle melodie che tanto amava erano spesso state conforto e forza.

Lo spiazzo ai piedi del palco si riempì rapidamente di folla, mentre le note padri del rock più moderno la facevano da padrone.

Improvvisamente, con un gesto della mano il leader della band interruppe gli altri. Si guardò attorno e sorridendo disse che aveva bisogno di una ragazza per proseguire nel suo spettacolo. Come avviene a scuola quando l'insegnante dice di voler interrogare, la gente iniziò a guardare da tutt'altra parte rispetto al folk-man, ostentando un'indifferenza che era tutt'altro che tale!

Il ragazzo scese dal palco con la camminata tipica del bulletto vista in mille film, e passandosi le mani tra le tempie si fermò davanti a Chiara, allungandole dolcemente la mano.

Tutta tremante, la ragazza raccolse l'invito e venne accompagnata dove tutto potessero vederla meglio, ossia... sul palco.

Intanto, Simone e Luca si davano di gomito, indicando e sorridendo ai danni della malcapitata.

Portando il microfono alla bocca, il ragazzo emulo di Elvis le chiese il nome, e lei, incerta come se le fosse stata chiesta una teoria sulla fisica quantistica, rispose debolmente.

Al pronunciare di quella parola, la musica iniziò il suo pulsare assordante e melodico, intonando la notissima esecuzione di "Oh, Carol", che per quella volta diventò "Oh, Chiara", tra coreografie e atteggiamenti ostentatamente romantici.

Tra le tante ragazze, alcune vere e proprie bellezze rare, scelse proprio lei.



Il tutto non durò oltre la riproduzione del brano, ma si concluse tra i sorrisi e gli applausi, colorando la giornata di Chiara di vita, di sole, di sensazioni che non ricordava da tempo.

#### **41) PERUGIA – pagina di diario –**

*Caro diario SOLE ho buttato via un altro anno della mia vita  
l'ennesimo anno gettato nel cesso  
che rabbia  
oggi si è conclusa la mia esperienza a Perugia  
vorrei ripercorrerla con te perché davvero non riesco a trovarci  
nulla di buono  
tutto è cominciato esattamente 365 giorni fa  
Anna  
cara amica di famiglia aveva raccontato a me e ai miei che là  
conosceva degli psicologi molto in gamba  
ovviamente disperati abbiamo deciso di andare subito a  
conoscerli  
partenza destinazione Perugia  
abbiamo fatto questo colloquio con i due terapeuti  
erano moglie e marito  
loro ci hanno detto che mi sarei dovuta trovare un appartamento  
in zona al fine di poter cominciare una terapia quasi quotidiana  
il fine era quello di stare lontana da casa dagli schemi abituali  
della famiglia  
cosa potevamo fare?  
loro promettevano come tutti i loro precedenti colleghi la  
guarigione  
io non ne posso più di stare male e gli altri tre componenti della  
mia famiglia farebbero qualunque cosa per farmi guarire  
quindi abbiamo subito trovato un appartamento vicino alla  
stazione*

*la mamma mi ha aiutata a renderlo carino  
ma lei fin dall'inizio di questa ennesima avventura aveva sentito  
che non sarebbe andata come speravamo  
aveva ragione  
bella fregatura l'appartamento  
sotto casa avevo un supermercato e al piano terra un fast-food  
sapessi che odore si sentiva fino al mio piano anche se stavo al  
settimo  
a ripensarci mi sono trasferita nella città del cioccolato per  
eccellenza  
niente male come accoppiata  
cioccolato e bulimia.  
ogni giorno facevamo terapia ogni giorno alle 8.00 del mattino  
io ho provato più volte a farmi spostare gli orari perché con  
quell'orario avevo tutta la giornata per potermi massacrare di  
cibo  
ma i terapeuti dicevano che quella era la terapia  
eh bell'affare  
così mangiavo come una pazza  
sempre  
proprio sempre  
più ti abbuffi più ti abbufferesti  
è un fatto  
si dilata lo stomaco e subito lui ti chiede di riempirlo di nuovo  
ero arrivata a livelli tali da non riuscire neanche a sopportare  
quell'oretta di terapia delle 8.00 del mattino  
quante volte non ci sono andata e loro mi sapevano da sola nel  
mio appartamento a pochi passi  
non mi hanno mai cercata  
molto professionali di certo  
ma ben poco umani*

*nello svolgere un lavoro dove comprensione e umanità sono tutto  
io ero la disperazione fatta persona immersa tra buste di cibo  
svuotate dal mio bisogno di sentirmi piena  
quei due terapeuti non mi hanno lasciato nulla di buono  
ho solo imparato a stare peggio  
perché ero in balia degli eventi  
degli impulsi del momento  
senza regole di nessun tipo ad aiutarmi  
senza l'affetto di nessuno a supportarmi  
quante volte in preda alla più totale disperazione ho telefonato  
alla mamma  
spesso quando finivo di mangiare non riuscivo a vomitare e  
sentivo lo stomaco scoppiare tanto da non riuscire a respirare  
così chiamavo la mamma nella speranza che potesse dirmi la  
parolina giusta capace di farmi stare meglio  
nessun rispetto per nessuna cosa  
mischiavo tutti i generi alimentari insieme  
tutto in un'unica ciotola  
salse  
pasta  
pane  
bottiglie di olio  
burro  
tutto insieme  
ho bruciato l'intero angolo adibito a cucina  
ho bruciature sparse per le mani  
lo sai  
quando sono anestetizzata dal cibo non sento nulla  
nessuna emozione  
nessun dolore  
una volta ho visto e non sentito la mia mano ferma sul fornello*

*quanto sono caduta in basso  
e più mangiavo più dovevo mangiare  
più sangue vomitavo più dovevo vomitarne  
quanti chilometri in macchina durante questi anni  
ormai conosco le autostrade a memoria  
penso che a volte partivo da casa passando prima dal  
supermercato  
non riesco ad affrontare tutto il viaggio prima di poter  
mangiare così mangiavo guidando  
pazza maledetta  
nel frattempo ho fatto amicizia con una ragazza proprietaria di  
una bigiotteria in pieno centro di Perugia  
per un po' ho lavorato da lei ma è stato solo un momento fittizio  
durante il quale ho sperato di riuscire a dire di no alla mia  
droga  
ma non ce l'ho fatta  
ho fallito ancora una volta facendo spendere ancora tanti soldi  
ai miei  
ancora soldi buttati  
se ripenso a quella casina e alle condizioni in cui l'ho ridotta  
carte  
briciole  
e unto ovunque  
che schifo  
ci volevano ore per pulire tutto  
riordinando mi illudevo di riuscire a dire di no al successivo  
impulso  
era come pulire il sudicio che avevo dentro  
riflettevo all'esterno il mio interno buio  
una luce buia che mi accompagna da troppi anni ormai  
tu caro diario mio sai tutti i passaggi  
conosci tutto*

*sai a quante terapie mi sono sottoposta  
a ritiri di giorni in cliniche diverse  
sai che abbiamo fatto anche diverse terapie familiari dove  
partecipavamo tutti e quattro ti ricordi di quella a Milano?  
quella dove eravamo ripresi da telecamere e registrati con il  
microfono  
c'erano diversi terapeuti  
alcuni dietro allo specchio con la telecamera  
uno all'interno della stanza con noi per cercare di farci  
dialogare  
ne abbiamo provate talmente tante  
tante e di ogni genere  
legate alla religione  
legate alla medicina tradizionale  
medicines alternative  
benedizioni varie  
a questo punto sarò bene rassegnarsi  
forse quei maledetti medici  
quelli del passato  
avevano ragione  
forse davvero non vedrò mai cosa c'è alla fine di questo tunnel  
pieno di luce buia  
niente sole  
solo io con il mio cibo e il mio vomito  
solo cattivo odore e rammarico per la persona che sono  
odio tutto di me  
odio il mio non aver carattere in nessuna cosa  
sono forte solo nel male in cui sono una vera maestra  
perché mi voglio così male tanto da fare di tutto per annullare  
la mia vita?  
ormai sono già morta da anni  
è vero che ho avuto esperienze traumatiche*



*ma diciamocelo  
mi è andata bene rispetto a tante altre persone  
se penso alle vere disgrazie che capitano  
sai  
di quelle che si leggono sui giornali  
beh non diventano mica tutti anoressici e bulimici  
ebbene  
io sì  
io devo portarmi appresso questo fardello mortale che di morte  
fisica però non ne vuol sentire parlare  
penso a quelle persone che nascono con handicap  
oppure a quei ragazzi che perdono prematuramente i genitori  
la maggior parte di queste persone riescono a reagire ai dolori  
soffrono  
ma reagiscono  
io no  
io non ce l'ho fatta  
io sono caduta in questo baratro  
qui si riconfermano le parole che ho letto sui libri di psicologia  
ognuno ha la propria sensibilità e non si sa mai come la propria  
può interpretare gli eventi esterni  
mi sono ormai massacrata la schiena con tutte quelle buste  
pesantissime della spesa guardo indietro e vedo solo una  
disperata che è ormai diventata la maggior azionista di mille  
supermercati diversi  
lo capisco razionalmente che è tutto vero ma non mi regala certo  
solievo  
nonostante tutto io avevo la possibilità di stare davvero bene e  
mi ritrovo qua a pregare che il Cielo mi tolga il dono che mi ha  
fatto  
prego il Signore con ancor più foga di un tempo  
lo prego di togliermi la vita*

*maledetta vita*

*lo so che è un peccato mortale maledire la propria esistenza  
ma io così non posso più andare avanti  
mi lascio indietro solo fallimenti solo distruzione  
sono sola in un inferno terreno  
ho letto una cosa l'altro giorno che mi ha lasciata senza parole  
sai cosa succede mentre ci si abbuffa?  
incredibile  
si ha un vero orgasmo fisico  
ma ti rendi conto a che livelli è capace di arrivare la testa?  
si sa  
cibo e sesso sono spesso legati e il loro significato è comune  
trovo nel cibo tutto quello che non riesco ad avere dalla vita  
ormai lui è il sostituto di tutto  
e quando non ho i soldi sai come faccio?  
giro per il supermercato per ore  
me ne sto lì e mangio senza farmi vedere da nessuno  
conosci la mia scaltrezza quando ho necessità della mia dose  
sono lì e passeggio con il carrello  
intanto ingurgito quanta più roba riesco  
Ormai io sono la bulimia ed è una parte inscindibile da me  
forse è l'unica cosa che ho  
forse non ho nient'altro  
bulimia e depressione bipolare ormai si danno la mano e vanno  
avanti facendo di tutto per rendere la mia vita uno schifo  
mi scoppiano le ghiandole sotto alle orecchie che male  
allo specchio sembra un effetto speciale  
ho il doppio mento  
che dolore e quanto sono brutta  
ma ormai non ho più interesse ad essere bella  
questo non mi importa più voglio solo un po' di pace  
all'inizio era tutto così facile e bello*

*tutto sotto controllo  
mi dicevo che tanto potevo smettere quando volevo  
ma non è stato così  
questo gioco al massacro ha preso il sopravvento e lui è  
diventato il mio padrone  
forse sono io a non essere normale ad avere la testa bacata  
forse sono davvero matta  
quanti forse  
e quanti se  
sono stanca  
stanca davvero  
sento che la mia energia vitale mi sta abbandonando  
perché combattere ancora?  
perché illudere sia me che la mia famiglia di poter riuscire a  
sconfiggere il mio male?  
scusami caro diario  
avevo bisogno di raccontarti tante cose  
perché Perugia mi ha lasciato grandi cicatrici  
in questo fiume di pensieri scomposti chissà quante cose non  
avrà capito  
ma non importa  
ciò che conta è che le ho tirate fuori  
tirate fuori come faccio con tutto quello che mangio  
non hai idea di quanto io sia riuscita a mangiare durante questo  
anno di sangue  
ancora mangiare  
vomitare  
lassativi  
diuretici  
e camminate interminabili  
la bilancia dice che sono magrissima ora  
sono circa quaranta chili*

*e devo crederle  
perché è sicuramente più obiettiva di me  
io non lo sono più da una vita  
spero comunque di riuscire presto a trovare l'energia per lottare  
perché così mi sto lasciando morire  
spero e voglio  
quindi forse ritroverò in me la Chiarina buona  
diario  
spera con me  
prega con me*

## **42) LA COMUNITA'**

Come tutte le altre trasferte, anche quella di Miami si tradusse in un insuccesso, portando Chiara molto vicina allo stremo.

I continui scontri con la famiglia la portarono addirittura a decidere di andare a vivere da sola, periodo nel quale non è difficile immaginare quali degenerazioni subì la malattia.

Annebbiata dal bisogno estremo di procurarsi cibo, Chiara arrivò a fare debiti su debiti e addirittura a rubare i soldi alla famiglia, le volte in cui rientrava a casa.

E' in questo lasso di tempo che si materializzò nella vita della ragazza la figura di uno psichiatra. Il dottor Vallesi, venne nominato da una zia e l'ennesimo colloquio che Chiara sostenne con lui non sembrava dissimile alle decine precedentemente tenuti.

Neanche sappiamo bene il perché decise di incontrarlo, visto che era già in cura presso una dottoressa decisamente quotata, ma così fu.

Probabilmente fu ancora la disperazione a spingerla a cercare ancora, a lottare per quell'anima magra che albergava ancora dentro di sé.

Quella disperazione aveva fatto sì che Chiara iniziasse a rifiutare la luce del giorno.

Si barricava in casa, chiudendo oltre alla porta, anche le persiane, sprofondando nelle ombre e adoperando come unica finestra sul mondo un computer collegato a Internet e qualche birra.

E quante, quante lettere di suicidio. Quelle parole erano capaci di sollievo pur nella loro disperazione, in quanto erano in grado, durante la loro stesura, di convincere Chiara che di lì a poco sarebbe finito tutto.

Illusioni. Ancora inutili illusioni. Perché comunque non sarebbe stata in grado neanche di togliersi la vita, e spesso si malediceva per questo.

L'incontro con il dottor Vallesi le mise di fronte un omino dall'aspetto mite, che la introdusse nel concreto della propria terapia.

Di comune accordo, dopo attente analisi, venne concordato l'ingresso di Chiara presso una comunità per dipendenti specializzata, nonostante una marcata disfunzione tiroidea che la faceva ingrassare spaventosamente.

L'intervento pratico del medico la portò ad affrontare il metodo terapeutico di disintossicazione, una vera e propria "pulizia" del corpo ottenuta attraverso un ciclo di flebo della durata di tre giorni; farmaci in grado di riportare allo standard molti dei valori contenuti nel sangue erano la preparazione per l'ingresso in comunità.

Partì Chiara, destinazione Veneto, casa di cura, ospedale, comunità, chiamate quel luogo come volete. Scelse un luogo così distante per pudore, per amore della famiglia, per evitare che ne scaturissero voci e pettegolezzi. Partì con la disfunzione ormonale in corso (che le donò l'aumento di trenta chili in circa



quaranta giorni!) e con sensazioni negative rivolte a ciò che la stava aspettando.

Purtroppo non era possibile scoprire cosa si celasse all'interno di quelle mura, se non vivendole, assorbendole, diventandone parte...

Raggiunse la possente costruzione grigia, venendo accolta in un'aula dove l'attendeva una commissione formata da più persone tutte incaricate di tracciare il profilo della nuova arrivata.

Venne così inondata da decine di domande di vario genere, molte delle quali volte all'appurare quanto fosse motivata a raggiungere la guarigione e dopo un colloquio estenuante durato circa un'ora, le venne presentata la propria *tutor*.

In quella comunità, e spesso anche in altre, vige la figura del *tutor*; quest'ultimo altro non è che un ospite della comunità vicino alla guarigione, al quale affidano la responsabilità dei nuovi arrivati, oltre al compito di fare da cicerone all'interno dello stabile.

Visionate le prime analisi, e appurata l'evidente presenza della disfunzione ormonale, ecco che Chiara dovette iniziare una dieta particolare, cosa che complicò notevolmente il suo già fragile equilibrio emotivo. Pensate ad una ragazza ammalata, sola, con problemi psichiatrici in grado di destabilizzarla, lontano da casa, e minata anche in quello che era da sempre uno dei suoi più grandi affetti: il cibo. Pensate a cosa deve aver passato. Pensate soltanto a lei in quei momenti di solitudine. Calatevi nei suoi panni. E ascoltatela. Ascoltatela con il cuore e non con la ragione. Ascoltate questa vera voce di un fatto realmente accaduto e la prossima volta che non trovate parcheggio, anziché bestemmiare, pensate che in questo preciso istante può esserci chi, come la Chiara di allora, sta vivendo in solitudine la propria battaglia per la vita.

Il grosso malessere di Chiara emerse subito i primi giorni, all'appurare quanto fosse difficile il rigido regolamento disciplinare, basato principalmente su punizioni umilianti verso chi veniva colto in flagrante.

Il metodo più assurdo, e vi prego di credermi, prendeva il nome di “RICHIAMO”, ossia una sorta di rapporto militare durante il quale il *trasgressore* veniva invitato in una stanza nella quale era atteso dal personale. Qui, tra insulti e offese gratuite, atte – si diceva – a scuoterlo doverosamente, riceveva il *consiglio* di non ripetere l'errore commesso.

Al termine di questa piacevole e costruttiva discussione, il delinquente veniva assicurato alla giustizia attraverso l'inflizione di pene esemplari, quali il lavaggio dei piatti, la pulizia della cucina, o dei bagni; il tutto sotto la supervisione di un infermiere-sergente-maggiore espletante il nobile compito di ricordare al punito quale razza di rifiuto della società *esso* fosse. Passò del tempo, e se la parola *lager* non fosse riferita ad ambienti dove la parola morte aveva un significato diverso, potremo dire che quel luogo si distanziava ben poco dal significato della stessa.

Per molti ragazzi vigeva il clima di terrore, amplificato dai forti disagi psicologici che li costringevano alla permanenza e l'usualità della vita in quel centro raggelava anche le emozioni più nascoste.

Passò il Natale, passò il Capodanno, e arrivò il giorno dell'Epifania tanto atteso da tutti gli ospiti perché sapevano che la Befana avrebbe portato loro qualcosa di buono da assaggiare. La sera precedente, accanto ai termosifoni, vennero stese decine e decine di calze con la puerile speranza di trovarle ricolme di ogni grazia di Dio la mattina seguente.

L'aspettativa legata ad un simile evento va al di là della normale comprensione, per noi. Come il carcerato prova emozione e

amore per l'uccellino che si posa sul davanzale della sua prigione, perché gli dona qualche momento di evasione dello spirito, così quei ragazzi agognavano quell'evento perché significava evasione dalla monotonia di giorni sempre, terribilmente identici.

Chiara, come gli altri, attese che la Befana facesse ciò per cui era attesa, ma la sorpresa che le si presentò non poté certo essere definita gradita. A causa della persistente disfunzione ormonale, ricevette una calza colma di ...mele, yogurt magro e caramelle dietetiche, cosa che la fece precipitare in uno stato di sconforto doloroso e frustrante.

In quel luogo, anche la posta era sottoposta ai controlli più severi. Non era concesso niente che potesse turbare né in positivo, né in negativo l'equilibrio dei pazienti.

Chiara si giocò la ricezione della propria corrispondenza la volta in cui venne trovata con le lacrime agli occhi, alla lettura di una bellissima missiva scritta da un amico.

La commozione suscitata dalle belle parole, sommate alla nostalgia martellante di casa le fu fatale tanto da vedersi sospendere il diritto di ricevere lettere.

Sempre più sola, rapita tra le spire di un crudele incubo, viveva gli unici momenti di contatto amico durante le bisettimanali visite del dottor Vallesi.

Durante questi incontri, non fu difficile per il medico comprendere che quello non era il luogo dove Chiara avrebbe potuto raggiungere la guarigione.

Quella comunità, con i propri metodi, aveva gettato la ragazza in un pozzo di paura e insensibilità miste assieme.

Il suo stato d'animo, costantemente alieno al proprio io, era indescrivibile; ad eccessi di emotività alternava baratri di indifferenza.

### 43) ...E PER FINIRE

Eccola lì, Chiara, adesso, al PC di casa sua, attorniata di omaggi al sole e collages colorati, mentre risponde a decine di e-mail, proprio come tutti i giorni, nella sua attuale, splendida comune quotidianità di ragazza normale.

È abbigliata per uscire, ma non può proprio non far fronte a tutta quella corrispondenza. Su, ancora una lettera, e poi...

Sono lontani quei momenti in cui tutto appariva come una dimensione incarcerata, medioevo buio della sua esistenza.

Sorride tra l'amaro e il soddisfatto rievocando il suo passato, miniera di speranza di tante ragazze.

*Ricorda, Chiara.*

E del suo passato, ora rivede le battaglie finali, quelle che l'hanno portata a gridare vittoria contro la malattia.

*Ricorda, Chiara...*

Ancora uno svenimento e le parole di autentica disperazione dei suoi stavolta le procurano rabbia, voglia di reagire, voglia di non soffrire e di non far soffrire più.

*Ricorda, Chiara...*

...gli esercizi psicologici che l'hanno aiutata a superare il tutto, fissando piccoli obiettivi (niente di più grande), mangiando ogni giorno qualcosa di più del giorno precedente, e conservandola dentro di sé, metabolizzandola e sforzandosi a *non impazzire* per aver accolto cibo nel proprio organismo; iniziando a identificare i cibi non più in base al loro apporto calorico, ma al loro naturale sapore.

*Ricorda, Chiara...*

...e sente che può avere la forza, dentro di sé, di generare, di costruire quel *click* atteso e agognato per anni interminabili;

quella forza che nasce dentro e ti fa capire che puoi farcela. Quell'energia che ti dona la certezza che tutto ciò che ti serve per uscire fuori dal tunnel maledetto è dentro di te, non nelle cose esterne che cerchi disperatamente come diversivo. Un click che non arriva gratis, ma con tanta fatica, con altrettanto lavoro. *Ricorda, Chiara...*

...un indimenticabile viaggio assieme all'adorato papà, che per lei decide di lasciare da parte il lavoro per un lungo periodo, facendola così sentire davvero, indiscutibilmente, importante per lui. Fu anche quel mese di totale dedizione del padre verso la figlia a darle nuove energie per arrivare al traguardo. Traguardo che vuol dire Vita, dopo che per tanti anni aveva passeggiato a braccetto con la Morte.

Ora Chiara è lì che lotta, che scava nel suo passato; perché la ragazza a cui sta scrivendo in questo momento sta per affrontare la terribile esperienza della comunità, proprio come lei.

*Scrivi, Chiara.*

Uscirà più tardi...

Ecco, quindi, che ricorda l'emozione nel preparare i bagagli per lasciarla, la sua comunità. Ricorda distintamente gli ostacoli della direttrice di quell'istituto nel lasciarla andare, perché avere una bulimica in una struttura che raccoglieva solo tossicodipendenti era comunque un vanto.

*Scrivi, Chiara...*

Ricorda tutto il dolore contenuto in quelle fredde mura, dove ragazzi che erano lì per evitare il carcere si davano il cambio con ragazzi che preferivano la prigione al ricovero in quel luogo.

Ricorda il viso delle ragazze a cui non era permesso far crescere i capelli, né vezzi di alcun genere.

*Scrivi, Chiara...e nel farlo è come se donasse tutta sé stessa...*



Ricorda quando era arrivato il momento di entrare nella sua nuova casa, poco distante dalla sua città; quella casa che l'avrebbe vista compiere gli ultimi passi verso il traguardo.

*Scrivi, Chiara... donandosi, regalando raggi di sole...*

Ricorda come si guadagnava da vivere in quel nuovo periodo, vendendo polizze assicurative; e sorride al pensiero di sé mentre proponeva contratti, universo tanto distante da quello che la vede vivere adesso.

Ricorda tutti i quattordici anni, adesso; quattordici anni di Vita, quattordici anni di lotta contro la Morte. Ricorda il suo nuovo sentire, il sapere che si è vicini al traguardo; e allora ci si alza sui pedali, la folla ti incita, e tu vuoi solo imprimere maggior forza su quelle pedivelle per arrivare prima, per ottenere in premio la Vita, nella sua splendida normalità.

*Scrivi, Chiara... e col suo testimoniare vuole solo donare speranza, la stessa che traspare dalle pagine del suo sito internet.*

Ricorda anche le ricadute prima della totale guarigione, ultimi colpi di coda di un animale ferito, morente; una *bestia* dal nome maledetto.

Colpi di coda che le rammentano le eredità che la malattia le ha lasciato.

Quattro millimetri di denti corrosi dall'acido?

Qualche problema digestivo, soprattutto i primi tempi dopo la guarigione?

Metabolismo lento?

Ghiandole salivari deboli?

Cicatrici?

Iniziale complesso d'inferiorità nei confronti dei coetanei per aver impiegato quattordici anni di crescita a combattere, anziché a crescere?

Questo è stato il prezzo da pagare per essere Chiara, la Chiara di oggi.

Non una persona con quattordici anni di meno rispetto alla sua età anagrafica; ma una persona con quattordici anni di esperienze in più...

*Scrivo, Chiara...e l'amore che prova verso chi aiuta è testimonianza di quella che è la sua missione.*

Chiara ha dichiarato guerra ad Anoressia e Bulimia.

Questa è il suo scopo, ora. Strappare quante più ragazze possibile dalle grinfie del Demone infame che porta quel nome: Morte.

Ha dato speranza, con le sue parole. E continuerà a darne.

Seduta in modo inusuale, interrompe il ticchettio dei tasti, armeggia con il mouse e invia la sua posta.

Si alza, accenna qualche passo di danza e spegne lo stereo, compagno inseparabile di innumerevoli battaglie del tempo che è stato e del tempo che sarà.

Soffia sugli incensi che diffondono nell'aria orientali spire di fumo, e si dirige in bagno per l'ultimo ritocco prima di uscire.

Entra...

E *mi* guarda.

Diritta negli occhi.

Le piaccio.

Sorride, così come le sorrido io.

Si avvicina, vuole baciarmi.

Il suo volto si avvicina al mio.

Socchiodiamo gli occhi.

E sento il suo contatto, freddo come una lama di vetro, prima di riaprire gli occhi e vedere al centro dello specchio il rosso disegno di labbra, ali di passione verso un cielo infinito.

## EPILOGO

Un pomeriggio apatico.

Di quelli che in Tv non c'è niente, e il vento fresco del tardo inverno non invita ad uscire.

C'è stata una fiera, qualche giorno fa; e tra i giochi, le giostre e lo zucchero filato, ho rammentato la mia coccinella.

Era la fiera di San Giuseppe. Diversi anni fa...

Il chiasso degli ambulanti saliva lungo le strade della città come un brulicare di un festoso formicaio, richiamando bambini, adulti, e qualche cane randagio voglioso di carezze.

Tantissima la mercanzia, altrettanti gli imbonitori disposti a vendere l'anima pur di convincerti dell'assoluta indispensabilità del loro prodotto.

Erano giorni senza grandi pensieri, quelli.

Erano periodi sereni, quasi felici.

Dopo aver passeggiato, e saziato la vista con ogni genere di meraviglia, mi venne domandato che cosa volessi.

Mi guardai attorno e notai, amore a prima vista, un palloncino gonfiato ad elio, di quelli che volano. Aveva la forma di una coccinella rossa, dall'espressione simpatica. Una bella gobba voluminosa era costellata da una miriade di puntini neri, e sull'estremità anteriore, troneggiavano un paio di buffi cornetti. "Voglio quella", senza esitazione e con lo sguardo illuminato.

Orgogliosa del mio dono, smisi di guardarmi attorno, desiderosa soltanto di mostrare alla nuova amica, la sua nuova casa.

Così, marciando tra ali di persone come un colonnello di fronte al plotone, mi diressi verso casa, con al polso legato lo spago che tratteneva con me l'animaletto volante.

Entrai e ancor prima di togliermi il cappotto, portai il palloncino a visitare la camera, e lo presentai agli altri co-inquilini:

l'orsetto, le bambole, un antico carillon di porcellana, e tutte le altre cianfrusaglie che costituivano il mio mondo.

Eseguite le presentazioni di rito, mostrai alla coccinella il resto della casa, prima di ancorare il suo spago ad una sedia della sala da pranzo, da cui poteva assistere al nostro pasto.

Splendida, la mia coccinella volante.

Trascorremmo, io e lei, tutta la sera a chiacchierare. Le raccontai delle mie vicissitudini scolastiche e dei miei giochi con gli amici, lei mi parlò dei suoi mille voli, esplorando tutti gli angoli del mondo.

Quella sera ci addormentammo assieme.

La mattina dopo, Coccinella mi diede la sveglia con largo anticipo; anzi, quasi mi spaventò, alta e sicura, dalla sommità del suo spago ai piedi del mio letto!

Facemmo colazione assieme, mi guardò vestirmi, e la salutai per andare a scuola.

Quando rientrai, nel pomeriggio, era ancora lì ad attendermi.

La guardai bene. Mi sembrava svogliata.

Ma giocammo ugualmente tutto il giorno, volando con il suo corpo fluttuante al quale volava aggrappata la mia fantasia.

Ci salutammo, quando venne l'ora di addormentarsi, e la abbracciai di nuovo la mattina successiva, sentendola, però, stanca e afflosciata tra le mie braccia.

Le chiesi cos'avesse, se si stesse sentendo male; ma non mi rispose. Mi augurò soltanto la buona giornata, e si raccomandò di prestare attenzione alle lezioni.

Ricordo che mi preoccupai un po', ma appena arrivata in classe, i pensieri si dissiparono rapidamente.

Rientrando a casa, però, la trovai quasi invecchiata, Coccinella rugosa sempre colorata, ma assente nello sguardo.

Non mi salutò, se non dopo qualche volta che la chiamai.

Allungai la mano per accarezzarla, e la trovai fredda e cedevole come la pelle di un cadavere.

Le soffiai, ed ella prese a volare, sorridendo fasulla. Dimostrava allegria apparente, solo per farmi giocare, per rendermi felice ancora per un giorno.

Arrivò ancora una volta la sera, e vidi Coccinella esausta da quella giornata di volo, così andammo a letto presto. La tirai per il filo, l'avvicinai e le diedi un bacio proprio sulla punta del naso. Non capivo che cos'avesse e con angoscia mi accorsi che stava male, che non era più lei. Con questo pensiero scivolai in un sonno agitato, e la mattina la trovai sempre sopra di me, ma ancora più rugosa della sera prima.

Avrei voluto che mi accompagnasse a scuola, per passare con lei più tempo possibile, ma non mi fu permesso, così non potei fare altro che pensarla per tutta la mattinata.

Quel giorno, al suono della campanella, uscii di classe per prima e corsi a casa.

Trovai Coccinella con lo sguardo sereno di chi non ha più niente da perdere. Mi guardò, e io guardai lei.

Mi sorrise.

Io iniziai a piangere, certa di non essere compresa da nessun altro, certa di comprendere le leggi del mondo.

Coccinella era ancora più malridotta, sgonfio involucro colorato dalla morente anima gassosa.

Con il cuore gonfio di dolore, constatai che la sua fine era vicina.

Mi aveva regalato momenti magici, unici, voli immensi di fantasia; i più preziosi che esistano...

Ora era arrivato il momento di fare qualcosa per lei.

La slegai dal bordo del letto al quale era ancorata, e le feci fare un ultimo giro della casa.



Coccinella salutò le mie bambole fatte di plastica immortale, l'eterno peluche, e il carillon sulle cui note aveva fluttuato danzante nel cielo della mia camera.

Poi mi strizzò l'occhio e si addormentò.

Corsi all'ingresso e infilai il giaccone.

Faceva freddo, nonostante fossimo nel pieno pomeriggio.

Presi lo spago di Coccinella e la trascinai con me verso le scale, verso l'alto.

Una rampa.

Un'altra ancora.

Finché non raggiungemmo la terrazza.

Spalancai la porta e fummo invase da gelida tramontana, che soffiava verso il riflesso dorato del mare.

Guardai Coccinella ancora una volta.

Dormiva ancora, continuando a galleggiare a mezz'aria, come a non volersi arrendere.

Una lacrima mi attraversò la guancia, tracciando una glaciale riga sul viso.

“Fa' buon viaggio, amica mia...”.

E aprii la mano che tratteneva il suo filo, donandole la libertà.

Coccinella compì un giro su sé stessa, poi un altro e un altro ancora, in balia del vento che la stava facendo danzare.

Ad un tratto, come se avesse ritrovato tutto il vigore che aveva il giorno in cui diventammo amiche, impennò rabbiosa verso l'alto, e cominciò a salire.

Aprì gli occhi, mi guardò con incredibile entusiasmo e mi sorrise.

Le gridai “Addio!”.

Lei mi rispose con una delle parole più ricche di speranza che esistano: “Arrivederci...”.

E riprese a salire, danzando con il vento, diventando un puntino che correva verso il mare, carica di tutta la forza di vivere che aveva il primo giorno.

Quell' "Arrivederci" fu una promessa ed un invito a continuare a volare al suo fianco, al ritrovarla nei miei sogni più felici, a non mollare mai. Perché può sempre capitare un vento in grado di risollevarvi e di donarvi la voglia di continuare il cammino.

Chiara e la Coccinella hanno molto in comune.

La sua vita stava sgonfiandosi come un palloncino, e molti dei medici che l'avevano in cura le avevano già detto "Addio".

Ma lei rispose sempre "Arrivederci".

E continuò a volare...

## PAROLA DI CHIARASOLE

È stata una vera avventura scrivere questo libro.

Le persone a me più vicine, quelle che mi conoscono da sempre, mi chiedono come mai io abbia deciso di rivivere tutti quegli anni così dolorosi.

"Finalmente ora stai bene, perché ti *imponi* di rivivere tutto quel dolore?"

La mia risposta è una.

Io ho vinto la mia "guerra" contro la malattia, ma tante persone vivono come presente quello che è stato il mio passato. Spero con tutto il cuore che la mia testimonianza aiuti le persone malate a sentirsi capite.

Il più delle volte i ragionamenti che si fanno durante il periodo di malattia sono "folli", e ci si sente quasi degli extra-terrestri. È

un male subdolo e paradossale, con una “razionalità” tutta sua, incomprensibile dall'esterno.

Il mio desiderio è che queste persone nel leggermi, abbiano trovato conforto, che si siano sentite capite, e che allo stesso tempo consolidino la speranza e la forza per continuare a lottare. Ho scelto e deciso di raccontare momenti della mia vita molto personali e intimi, perché ritengo che altrimenti non sarebbe possibile poter gridare a squarciagola che da questo male si può guarire. Se non sono io la prima ad aprirsi, come posso chiedere agli altri di farlo?

Dite che forse avrei dovuto mitigare un po' sui racconti personali fatti che mi sono accaduti e che ho vissuto?

Io non la penso così. Sono sicura che se non si è disposti a dare il massimo, non si può pretendere di avere il massimo come risultato.

Raccontando le realtà che mi sono accadute e che mi sono andata a cercare, ho potuto spiegare meglio le dinamiche di quel maledetto male, perché molti degli atteggiamenti che avete letto ne sono stati le conseguenze.

Come potete ben immaginare, non è stato facile raccontare certe cose. Anzi, diciamolo, è stata dura: una lotta con me stessa. Sapere che alcune cose sarebbero presto diventate pubbliche, mi faceva male... il solito timore “cosa dirà la gente” ... Ma a questo punto non mi interessa. Va bene così!

Ora la mia non è più una guerra di quartiere, cioè, non sto più combattendo solo per me, ma cerco, con la mia esperienza (e nel mio piccolo) di vincere la grande guerra: provare con tutta me stessa a debellare questa malattia in chi ne sta soffrendo.

Il fatto è che chi la vive ha in sé un'incredibile forza.

Una forza distruttiva: “potenza” in negativo.

Quella stessa forza è la salvezza.

Passare dal negativo al positivo.

“Ragazze, ragazzi, donne, uomini... è vero o no che riuscite a fare cose incredibili al vostro corpo?! A martoriarlo decidendo e disponendo di lui in base all'impulso del momento?! Pensate se quella stessa forza la utilizzaste per obiettivi positivi... Non vi balza in mente che potreste fare grandi cose? Io dico di sì!”

Il percorso di guarigione è lungo e doloroso, ancor più doloroso della malattia stessa; è una lunga salita e spaventa, ma alla fine di quella ripida strada c'è la luce.

Il *Sole* di una vita senza condizionamenti, senza schiavitù.

L'ostacolo più grande è quello di interiorizzare in sé stessi il *desiderio* di guarire. La malattia, per quanto dolorosa, la si conosce, si sente quanto fa male dentro. In fondo è abbastanza schematica nelle sue incongruenze, mentre la vita “normale” è un'incognita.

È un salto nel vuoto e l'ignoto terrorizza sempre.

Ritengo che questo sia il più grande ostacolo: la paura dell'incertezza.

Io sono guarita, ma non ho dimenticato quegli anni. La mia esperienza fa parte di me, rimarrà con me per sempre e voglio farne tesoro.

Ora posso raccontarla con la lucidità propria di una persona non coinvolta emotivamente nel comportamento-problema-anoressia-binge-bulimia. Ricordo ogni *folle* dinamica con grande chiarezza e spero che, con il racconto, le famiglie e i cari che vivono accanto a persone con questo disagio, possano capire meglio di che incredibile inferno si tratti, perché è proprio questo che ho desiderato fare scrivendo questo testo: raccontare la potenza della malattia (le cause e il percorso di cura sono personali per tutti).

Ho visto e sentito soffrire i miei genitori e mio fratello per tanti anni. Li ho sentiti disperarsi per me. Ho visto scritto nei loro occhi il devastante senso di impotenza. E ho sofferto per loro, perché io non riuscivo a dargli la certezza che l'anno seguente sarei stata ancora in vita.

Vorrei dire alle famiglie che si trovano a dover combattere questo male di non abbandonare mai la speranza e la forza di lottare. Non abbattetevi: vostra figlia, vostro figlio hanno bisogno della vostra forza, del vostro amore e del vostro sostegno emotivo.

Accanirsi violentemente contro la malattia non serve a niente, perché significa accanirsi contro il proprio figlio, dato che la malattia in quel momento fa parte di lui o lei. So bene che quando ci si trova invischiati; queste sono solo parole difficili da mettere in pratica. Ma se i vostri figli vi sentiranno dalla loro parte, per loro sarà più facile sostenere il senso di colpa che accompagna ogni istante di quella vita.

Io ho avuto diverse incomprensioni con i miei genitori e per un certo periodo ho nutrito nei loro confronti un incredibile astio. Loro mi hanno sempre amata, ma probabilmente il mio modo di sentire la vita era diverso dal loro. Non sono stata in grado di recepire i loro segnali. Li ho interpretati male probabilmente, ma alla fine di un'attenta ricerca ho capito molte, moltissime cose.

Ho compreso mia madre.

Ho compreso mio padre.

E così sono riuscita a fare pace con loro nel tempo.

L'anoressia-bulimia-[binge](#) hanno radici ben più profonde che non quelle legate a fattori estetici. Il cibo è solo il sintomo evidente, ma l'origine è nascosta nell'intimo di ognuno.



Ed è proprio lì, dove fa più male, che bisogna andare a scavare con l'aiuto di un bravo terapeuta. È fondamentale per raggiungere l'equilibrio psico-fisico.

In questo libro, David e io, abbiamo raccontato solo alcuni dei fatti più significativi che hanno segnato la mia vita da ammalata. E ad ogni racconto c'è un perché oggettivo nel tentativo di far comprendere meglio questo assurdo male.

E ora, se mi permettete, vorrei prendermi un po' di spazio per raccontarvi un fatto accaduto alla mia famiglia nel 1989, stesso anno in cui è morta mia nonna (la madre di mio padre). Ho preferito non raccontarlo nel romanzo, ma vorrei farlo ora.

È stato un avvenimento che ha segnato tutti noi.

Come si dice "cose che capitano", ma che lasciano dentro dolore e amarezza.

La mia famiglia possedeva un'azienda di tutto rispetto, un piccolo grande impero nel mondo della moda. Mio padre, con il costante sostegno di mia madre, si è fatto da solo, come si dice. Anni e anni di duro lavoro e di sacrifici.

Poi, ad un certo punto, per invidie, cattiverie, ingiustizie e per un disegno premeditato, *qualcuno* ci ha presi di mira per distruggerci e appropriarsi dei frutti.

Oggi quel *qualcuno* ha identità precise costituite da nomi e cognomi, perfino da enti.

Dall'oggi al domani non abbiamo avuto più niente. E tutti quei sacrifici si sono dissolti nel nulla.

È stata una vera tragedia nella tragedia. Ho visto i miei genitori soffrire, piangere e disperarsi, mio fratello ed io con loro.

Non starò a raccontare nei minimi particolari cosa è avvenuto, non credo sia la sede adatta. Il senso di questo mio confidarmi è solo per sottolineare come molto spesso le cose degli adulti possono risultare devastanti anche per i figli.

All'epoca avevo quattordici anni, ero già malata, ma da quel momento sono caduta nel vero baratro. Sentire e vivere la sofferenza della mia famiglia mi ha martoriata e così è stato per mio fratello.

Ma nell'avversità vissuta, mio padre è stato un vero esempio per me: lui, il giorno dopo il disastro, ha preso in mano la sua bella 24ore e si è inventato un altro lavoro. Ha cominciato a viaggiare mantenendo la lucidità che noi tre, in balia degli eventi negativi, avevamo perso.

Certo, lui ed io eravamo molto legati e il non averlo più accanto, ha dato origine in me ad un grande senso di solitudine. Volevo il mio amato padre vicino e, in quel momento, non capivo perché non potesse essere possibile.

Sono passati anni e abbiamo avuto tutto il tempo di rielaborare i fatti, abbiamo perdonato queste persone; le abbiamo perdonate nei nostri cuori.

Abbiamo superato questa dolorosa esperienza ritrovandoci tutti e quattro nell'amore più puro che esiste, basato sul rispetto e la stima reciproca e non senza lottare, ovviamente. E' stata una crescita sofferta.

Ma si sa: un dolore può trasformarsi in una gioia. La nostra è stata quella di crescere nel perdono e nell'amore, unendoci saldamente, nel rispetto dell'individualità dell'altro.

Lo stesso è stato per me nella malattia. Io sono guarita.

Ma per diverso tempo mi sono biasimata pensando di aver buttato via quattordici anni della mia vita.

No, non è così!

Quegli anni sono ora una ricchezza impagabile per me.

Sono una forza. La malattia mi ha permesso, inconsciamente, di anestetizzare emozioni che non sarei stata in grado di vivere e sentire.

È questo il punto: io non dico solo che da questo male si può guarire totalmente (e non parzialmente, come sostengono alcuni), ma che può diventare una vera e profonda ricchezza.

Poco fa ho scritto che da un dolore può nascere una gioia...

È vero, io la penso così. Per me è così!

Oggi io sono una persona diversa, una persona che ha sofferto e che prende tutto il meglio da quella sofferenza.

Non rinnego quei quattordici anni. Non voglio cancellarli, voglio anzi ricordarli sperando di poter essere d'aiuto a chi ora sta vivendo vicende analoghe.

Desidero ringraziare mia zia Laura (sorella di mio padre). Una donna fantastica costretta dall'età di due anni sulla sedia a rotelle. Un cuore immenso, lei mi ha ospitata a casa sua durante alcuni dei momenti più drammatici che ho vissuto.

È lei che mi ha suggerito quello che è il mio motto: **TUTTO ARRIVA E TUTTO PASSA.**

Zia, grazie per tutto quello che hai fatto per me, grazie per le mille chiacchierate, per il tempo che hai impiegato nel cercare di farmi capire la bellezza della vita, grazie per il tuo sostegno. Non ho dimenticato niente e conservo quei momenti nel mio cuore.

Grazie al mio splendido fratello Andrea. Alla pazienza che mi ha dedicato soprattutto nei primi anni di malattia, non dimenticherò mai la sua premura nell'accompagnarmi addirittura in bagno, nel tenermi la testa... Le lunghe notti insonni nel tentare di spiegarmi da quale parte si trovasse il bene. Andrea, io ti adoro, ti voglio un bene sconfinato!

Voglio scusarmi con lui per gli anni che sarebbero dovuti essere spensierati, anni durante i quali la mia malattia ha rubato la serenità dell'intera casa.

Voglio scusarmi con tutti, so che ho portato tantissimo dolore nella vita delle persone che mi amavano. Dolore e sapore di morte, questa è stata la colonna sonora che si ascoltava a casa nostra.

E ora, arrivo al pezzo forte: i miei genitori, Aldo e Carla.

Prima di tutto voglio ringraziare entrambi per avermi fatto il regalo dei regali... loro mi hanno donato la vita. Esistenza che ho maledetto per tanto tempo, ma che ora sento come il bene più prezioso che ho: grazie per quel 16 Gennaio 1975!

Cari genitori, lo dico per voi, ma anche per me: basta con i sensi di colpa, basta con l'andare a ricercare le responsabilità di un passato che è appunto trascorso. Io vi amo, vi amo e vi ringrazio per tutto quello che mi avete dato e che continuate a darmi. Parlo di sensi di colpa perché io ne ho avuti tanti per quello che vi ho fatto vivere, soprattutto a te cara mamma che non mi hai mai abbandonata, nonostante tutto.

Ebbene, non voglio più averne, così come non voglio che ne abbiate voi. Siamo tutti cresciuti e maturati nel grande amore che ci lega. Io ringrazio il Signore ogni giorno per avermi dato dei genitori come voi

Con questo libro si chiude definitivamente quel lungo capitolo doloroso della nostra vita. Grazie anche per avermi permesso di scriverlo rendendo pubbliche alcune cose prettamente familiari; voi avete compreso profondamente perché io abbia deciso di narrare parte della mia vita; grazie non solo per non avermi ostacolata, ma soprattutto per avermi appoggiata.

Oh bè, meglio che mi freno perché se continuo a parlare di mio fratello e dei miei genitori, con tutto l'amore che provo per loro, c'è il rischio che scriva un altro libro.

Un'ultima cosa: vorrei che alla mia famiglia fosse chiaro che TUTTO è PASSATO, loro sanno bene cosa intendo dire.

Vorrei anche ringraziare David per la tenacia che ha dedicato nell'entrare nelle dinamiche "incomprensibili" della malattia. È stato davvero paziente e ha dimostrato una grande sensibilità verso il comportamento-problema-bulimia-anoressia-binge. Confesso che non sono mancate delle accese discussioni, per non dire delle vere litigate. Ma alla fine ci siamo capiti ed ecco a voi il risultato del lavoro che abbiamo svolto.

Grazie, David De Filippi!

E ora, care ragazze e ragazzi che avete sulle spalle questo zaino pieno di dolore, di senso di impotenza, di sensi di colpa, questo male così pesante da portare con voi, vi prego, non disperate: come si cade, ci si rialza.

Ricordo un aforisma che avevo letto su un libro di Jim Morrison quando avevo tredici anni:

*"Non c'è notte tanto oscura da impedire al nuovo sole di sorgere"*.

Ed è davvero così, io non ho nulla di speciale. Come io sono guarita, può farlo chiunque, la ricetta è una sola: accettare di soffrire ancora di più, perché alla fine di quel dolore disarmante c'è la vittoria.

Vi lascio con un sorriso, con la speranza che la mia storia sia stata di aiuto e di conforto.

Non è un addio, ma un arrivederci.

A presto e...

**CREDERCI SEMPRE, ARRENDERSI MAI E AVANTI TUTTA!**

Con tutto il "mio" SOLE.

ChiaraSole Ciavatta

Fondatrice MondoSole

[chiarasole.com](http://chiarasole.com)

## PAROLA DI DAVID

Come spesso accade, sono pochi i lettori che arrivano a leggere anche le note dell'autore.

È per questo, che in questa parte del libro, mi concedo sempre di essere molto colloquiale, come se fossimo rimasti tra pochi intimi.

Spero non me ne vogliate...

Secondo voi, qual è la domanda che più frequentemente mi verrà rivolta, dopo la pubblicazione di questo libro, da amici, stampa, parenti, conoscenti, lettori (e dalla mia vicina di casa, che da impicciona qual è, figuriamoci se perde l'occasione di fare domande!)?

Tutti quanti mi domanderanno il perché ho deciso di trattare un argomento così pregno di drammaticità e dolore come quello di anoressia e bulimia.

Spiego subito...

Chi mi conosce sa che io nasco come autore ironico e i miei primi due libri sono stati concepiti con il sorriso sulle labbra. Poi è stata la volta di una biografia romanzata, scritta, divertendoci, assieme all'amico Walter; e infine il romanzo d'amore "Villa Matarazzo", con le sue passioni e note malinconiche.

Non avevo mai affrontato un contesto dove la parola Morte assumesse un significato così tremendamente concreto e dolorosamente reale.

Ho conosciuto Chiara in occasione della presentazione di "Villa Matarazzo", ed è stato come una sorta di passaggio del testimone tra un mio viaggio nei Territori mentali e l'altro (scrivere un libro è anche questo).

Sono venuto a sapere del suo aver vissuto in maniera estrema sia l'anoressia prima, che la bulimia poi, e assieme abbiamo deciso di mettere su carta le sue esperienze, al fine di rendere



testimonianza di quanto possano essere devastanti malattie come quelle.

Abbiamo voluto divulgare la conoscenza di anoressia e bulimia in termini non scientifici, proprio per raggiungere tutti quanti.

Il nostro desiderio è stato quello di avvicinarci sia a chi sta attraversando il tunnel di una delle due malattie sopra citate, sia a chi ha un familiare, un amico, un conoscente che sta soffrendo a causa di quel male. E anche a chi, semplicemente, vuol venire a conoscenza di un problema concreto che sta dilagando nella nostra società.

Non sono d'accordo con chi etichetta anoressia e bulimia come problemi di *élite*.

In questo mio viaggio, sono venuto a conoscenza di fatti e persone che hanno vissuto l'inferno di quelle malattie, e vi garantisco che l'estrazione sociale delle ammalate non aveva nulla a che vedere con quanto capitato loro.

E' per questo che ho deciso di affrontare questo specifico, difficile, percorso. Per divulgare la voce di chi, come Chiara, ha potuto attingere dalle proprie esperienze al fine di aiutare chiunque stia attraversando ciò che ha lei ha vissuto. Uscendone. Battendo la malattia.

La ringrazio pubblicamente per quest'importante opportunità che mi ha concesso, accompagnandomi in questo cammino.

Con tanti piccoli capitoli, abbiamo voluto mostrare come possano essere episodici i ricordi di chi ha vissuto quell'inferno. Non abbiamo voluto (e non sarebbe stato facile farlo) dare un senso cronologico ai racconti, perché fanno parte di un nastro di vita che è simile al ricordo dei sogni, tutti vissuti, ma difficilmente ordinabili.

...e come lampi onirici, abbiamo inserito autentiche pagine di diario, pensieri estrapolati da deliri in piena sofferenza.

Spero con tutto me stesso che questo lavoro sia servito a donare ciò che è più importante per riuscire a debellare queste malattie: la speranza di poter guarire, la speranza di farcela, la *convincione* di potercela fare!

Un sorriso.

A presto...

*David De Filippi*

[www.daviddefilippi.it](http://www.daviddefilippi.it)



**MondoSole** è:

- un **Centro** per l'anoressia e bulimia a Rimini, che svolge un servizio di cura, riabilitazione e reinserimento sociale delle persone con disturbi alimentari.

- una **Associazione** per la prevenzione, lo studio e la formazione sui disturbi alimentari (anoressia-bulimia), fondata da ChiaraSole Ciavatta, che ha alle spalle 14 di anoressia bulimia e binge, e dal [Dott. Matteo Mugnani](#).

**MondoSole** è un Centro di Cura, riabilitazione e reinserimento sociale per anoressia, bulimia, binge e obesità, fondato da

ChiaraSole Ciavatta che ha alle spalle 14 anni di queste stesse patologie. Per questo MondoSole rappresenta l'integrazione del mondo clinico con quello esperienziale. È una piccola comunità di persone provenienti da tutta Italia che condividono un percorso di cura e di crescita personale, finalizzato alla comprensione del significato dei propri sintomi e alla riorganizzazione della propria vita. È un centro aperto tutto il giorno 12 mesi l'anno che si prende cura dell'intero nucleo familiare attraverso attività di mediazione, consulenza, gruppi per genitori. L'Associazione MondoSole si occupa, inoltre, di attività di sensibilizzazione e informazione, è molto attiva nella diffusione di una riflessione culturale sui valori odierni dei ruoli familiari e dei messaggi mediatici riguardanti il cibo e il corpo.  
<http://www.chiarasole.com>

**MondoSole** - Via Sigismondo 38 Rimini (47921)  
[chiarasole.com](http://chiarasole.com)

Per informazioni +39 0541 718283 dal Lunedì al Venerdì dalle 10.00 alle 13.00 e-mail [centro@mondosole.com](mailto:centro@mondosole.com)

[clicca per scaricare la brochure di MondoSole](#)

[clicca per scrivere a ChiaraSole](#)

[Dott Matteo Mugnani](#) [scrivi al Dott Mugnani](#)

**SEGUICI SU:**



**Note Biografiche:** ChiaraSole Ciavatta è stata malata di anoressia, bulimia e binge per 14 anni. L'esperienza di ex-malata, l'aver conosciuto in prima persona i pregi e i difetti di tanti metodi di cura, l'ha portata a decidere di rimanere nel sociale per mettere la sua esperienza a disposizione di chi soffre. Dopo la guarigione ha iniziato la sua attività di volontariato, attraverso il sito internet [chiarasole.it/](http://chiarasole.it/) (ora il sito ufficiale è [chiarasole.com](http://chiarasole.com)) accogliendo richieste di aiuto da tutta Italia via. Nel 2002 si forma come operatore sociale. Ha pubblicato, nel 2003, un libro autobiografico, scritto insieme a David De Filippi (ChiaraSole: Anoressia e Bulimia: un'esperienza di vita e di morte. Prefazione di Gianna Schelotto, Ed. Idealibri. Gruppo Rusconi). Da ora scaricabile gratuitamente a questo indirizzo internet [chiarasole.com/chiarasole-anoressia-e-bulimia-unesperienza-di-vita-e-di-morte-prefazione-di-gianna-schelotto-2/](http://chiarasole.com/chiarasole-anoressia-e-bulimia-unesperienza-di-vita-e-di-morte-prefazione-di-gianna-schelotto-2/)) Svolge un'attività di prevenzione e sensibilizzazione sui disturbi alimentari attraverso ogni forma di comunicazione e presenza a numerosi convegni universitari sul tema (leggi rassegna stampa [chiarasole.com/rassegna-stampa-mondosole/](http://chiarasole.com/rassegna-stampa-mondosole/)). Come operatore sociale volontario incontra molte persone e famiglie. Insieme al Dott. Matteo Mugnani ([matteomugnani.com/](http://matteomugnani.com/)) ha fondato e gestisce, con la collaborazione di uno staff clinico, il Centro MondoSole di Rimini [chiarasole.it/mondosole.html](http://chiarasole.it/mondosole.html) per la cura dell'anoressia-bulimia-binge, che è una comunità di persone che svolge un servizio di cura, riabilitazione e reinserimento sociale delle persone con disturbi alimentari, che offre un lavoro giorno per giorno in parallelo con le famiglie. ChiaraSole è presente tutto il giorno al Centro per offrire un sostegno concreto e costante. ChiaraSole è docente di corsi di specializzazione post-universitari sui disturbi alimentari, indirizzati a medici, psicologi e operatori sanitari. Il 20 Maggio 2008 ChiaraSole

Ciavatta riceve il premio Milanodonna 2008 per la categoria comunicazione sociale. ChiaraSole è molto attiva nel contrastare i gruppi, i siti, i blog pro-Ana e pro-Mia. accenni di vita: [chiarasole.com/guarire-da-anoressia-bulimia-binge-eating/](http://chiarasole.com/guarire-da-anoressia-bulimia-binge-eating/)

*Per gli altri E-Book gratuiti della collana MondoSole Clicca al seguente indirizzo: [chiarasole.com/ebook-gratuiti-mondosole/](http://chiarasole.com/ebook-gratuiti-mondosole/)*

**David De Filippi** è un autore di libri e giornalista toscano. Lavora da anni nel settore della Comunicazione, collaborando con enti pubblici, quotidiani e Tv. Pubblicazioni:

David, 27 anni...' (Di Salvo Editore)

'Uno di Voi' (Idealibri), co-autore Walter Zenga

'Villa Matarazzo' (Idalibri)

'Chiara Sole - Anoressia e Bulimia: un'esperienza di vita e di morte' (Idealibri), co-autrice ChiaraSole Ciavatta

'Ciao, Mike' (Aliberti Editore)

'Giorgia - Gocce di vita' (Aliberti Editore)

'Teorie e tecniche dell'infamia amorosa' (aliberticastelvecchi), co-autrice Anna Pettinelli.

'Raimondo Vianello - Il gran signore della risata' (Aliberti editore)

'Fantozzi aveva ragione' (aliberticastelvecchi)

'Lapo Elkann - Il Forrest Gump italiano' (Aliberti Editore)  
Ha inoltre collaborato con Bud Spencer e Lorenzo De Luca alla  
realizzazione del libro biografico “Altrimenti mi arrabbio”  
(Aliberti Editore), diventato best-seller in Germania.







Un inferno durato QUATTORDICI anni.  
Dal buio della disperazione, al caldo abbraccio del  
sorgere del sole...

[chiarasole.com](http://chiarasole.com)