

Senza discrezione, senza riservatezza.

Io, dopo la morte di mio marito, avvenuta per suicidio, mi sono rannicchiata ancora di più nell'angolo più buio e nascosto della cabina armadio della mia casa: avevo paura che la depressione scovasse anche me. Sapevo molto bene che la depressione non è una malattia contagiosa eppure mi sembrava di non essermi comportata sempre da brava e diligente bambina come io sono. Un ruolo predefinito da un'educazione familiare vocata all'aiuto verso gli altri; mia madre mi ha consegnato la sua staffetta in punto di morte: "Vedi di tua sorella" sono state le sue ultime parole. Ecco dentro l'armadio mi sono chiesta "Chi nella lunga e sofferta malattia di mio marito si era occupato di me? Nessuno". La depressione maggiore che aveva colpito Mauro, cinque anni prima, aveva reso la nostra esistenza invisibile agli altri. Il disagio mentale non è così evidente come vedere una persona sulla carrozzina. Avresti bisogno di avere due, tre, quattro stampelle per reggere la fatica di vivere, per reggere il peso di una malattia che non ti fa stare in piedi. Fai la pipì a letto. Ma la brava bambina sa che non si deve fare la pipì a letto e nemmeno dentro una cabina armadio ed il dolore diventa l'unica condizione di vita; ma al buio ho capito che io non dovevo elaborare il lutto verso l'assenza di mio marito ma staccarmi di dosso il gancio che univa me alla depressione. Una malattia che invalida, come tante altre malattie fisiche, non solo la persona che ne è colpita ma anche chi le sta accanto e l'assiste. Una pentola con l'acqua che bolle senza sale e senza pasta: rimane solo una pentola incrostata e la tua vita non ha più sapore degli spaghetti al pomodoro e basilico.