UNA PARTE DI ME

Monologo di Ornella Semino
POSIZIONE SIAE N. 973566A

Lei è seduta con un piccolo quaderno in mano. Scrive e contemporaneamente legge ad alta voce ciò che annota.
Andare in farmacia. Ma prima telefonare al dottore.
Scrive.
Pagare le spese di amministrazione.
Scrive ancora.
Prenotare la mammografia e gli altri esami del pacchetto prevenzione.
Si ferma. Rilegge. Poi alza gli occhi verso il pubblico.
Beh?
Che c'è?
Scrivo quello che devo fare.
Ho paura di dimenticarmi le cose.
Anche quelle che so benissimo di dover fare.
Guarda il quaderno.
Me l'ha insegnato mia sorella.
Pausa.
Come?
Non ho una sorella?
Lo so.
Non l'avete mai vista.
Però ce l'ho.
Ha un nome un po' particolare.
Si chiama **Ansia**.
E io faccio di tutto per lei.
La accontento.
La rassicuro.
La ascolto.
Perché se non lo faccio...
non mi lascia vivere.
Chiude per un momento il quaderno.
Non ditemi che nessuno di voi ha mai provato quel groppo allo stomaco.
Quello che sembra un nodo fatto da qualcuno che aveva molto tempo libero.
O quella sensazione indefinibile che...
sta per succedere qualcosa.
Cosa?
Non si sa.
Ma qualcosa.
Oppure quella voglia di trascinarsi per casa invece di camminare normalmente.
E soprattutto...
non fare niente.
Assolutamente niente.
Che poi, magari, potresti anche non fare niente.
Solo che, se non fai niente, cominci a sentirti in colpa perché non stai facendo

niente.
E lo stomaco si aggroviglia ancora di più.
Pausa.
Io con l'ansia ci sono cresciuta.
Forse ci sono proprio nata.
Perché lei è dentro di me.
È una parte di me.
Come il cuore.
I polmoni.
Il fegato.
Ci pensa.
Solo molto più rompiscatole.
Pausa.
È una stronza.
Perché io ho tanta voglia di vivere.
Tantissima.
Ma quando arriva lei...
me la toglie.
Mi guardo allo specchio e non so più bene chi vedo.
La mia faccia mi sembra diversa.
Spenta.
Sconosciuta.
E la cosa strana è che da fuori spesso non si vede niente.
Perché io sono una persona entusiasta.
Rido.
Parlo.
Faccio cose.
Ho progetti.
E magari, mentre sto facendo tutte quelle cose...
dentro ho lo stomaco annodato.
Nessuno lo sa.
Pausa.
C'è una cosa che mi fa imbestialire.
Chi non soffre d'ansia spesso ti guarda e dice:
"Ma perché ti agiti tanto?"
Oppure:
"A cosa serve preoccuparsi?"
A niente. Lo so anch'io che non serve.
Se bastasse sapere che non serve, non avrei più ansia da anni.
Il problema è che certe cose, finché non le provi, le conosci solo a metà.
È un po' come quando ti dicono che partorire fa male.
Tu lo sai. Te l'hanno raccontato. L'hai letto.
Ma finché non tocca a te...
non sai davvero quanto fa male.
Ecco. Con l'ansia è lo stesso.
Quindi, se non sai cosa dirmi, va bene anche se stai zitto.
Pausa

Per spiegarmi come funziona, ho già lo specialista.
Pausa.
Da piccola avevo paura di dormire da sola.
Vedevo ombre.
Sentivo rumori che nella mia testa diventavano immediatamente voci. Ed era lei:
Ansia.
Perché è soprattutto la sera che Ansia dà il meglio di sé.
Io sono stanca.
Lei no.
Lei alle undici di sera è riposatissima.
Lucida.
Operativa.
Pronta a lavorare.
Io vado a letto convinta:
"Stasera crollo."
Appoggio la testa sul cuscino.
E lei:
"Scusa... hai pensato a quella cosa?"
No.
"E se succedesse questo?"
Non succederà.
"E se invece succedesse?"
Pausa.
E parte il film.
Io costruisco scenari.
Vivo le mie reazioni a quegli scenari.
Do risposte a persone che non mi hanno fatto domande.
Litigo con gente che sta tranquillamente dormendo a casa propria.
Mi arrabbio.
Mi difendo.
Vinco discussioni che non sono mai esistite.
Qualche volta le perdo pure.
E questo è veramente imperdonabile.
Pausa.
Sono storie mai successe.
Che probabilmente non succederanno mai.
Ma alle tre del mattino...
sembrano tutte verissime.
Mi giro.
Mi rigiro.
Mi alzo.
Cammino per casa.
Fumo una sigaretta.
Torno a letto.
Aspetto il sonno.
E spesso, quando finalmente arriva...
sta già arrivando anche l'alba.

A quel punto crollo.
Pausa.
Poi mi sveglio.
Più stanca di quando sono andata a dormire.
E sapete qual è la cosa incredibile?
Tutto quello che durante la notte sembrava insormontabile...
al mattino è diventato piccolo.
Fattibile.
Magari perfino stupido.
La notte avevo una tragedia greca.
Alle nove e trenta...
era una telefonata da fare.
Sorride.
I farmaci?
Sì.
Li prendo.
Sotto controllo dello specialista.
Non aumento le dosi per conto mio.
Però una mia piccola mania ce l'ho.
Non devo mai rimanere senza.
Mai.
Perché magari ne ho una scatola intera nel cassetto...
ma io penso già al giorno in cui finirà.
Quindi ne compro in anticipo.
Guarda il pubblico.
È lei... Ansia.
Che cosa vi aspettavate?
Pausa.
Con il tempo, però, una cosa l'ho capita.
Io non posso passare la vita a combatterla.
Perché se combatto contro qualcosa che vive dentro di me...
mi stanco due volte.
Allora ho cominciato a riconoscerla.
"Ah. Sei tu."
A volte quasi la saluto.
"Ciao, Ansia. Sei arrivata?"
E quando la riconosco...
fa già un po' meno paura.
Per me è stato importante capire che posso averla accanto e fare comunque le mie cose.
Lavorare.
Fare attività fisica.
Scrivere.
Avere un progetto che mi prende completamente.
Perché quando qualcosa riesce davvero ad appassionarmi...
lei si indebolisce.
Non sparisce.

Ma abbassa la voce.
E finalmente riesco a sentire anche la mia.
Allora posso ragionare.
Posso capire che se mio figlio non telefona...
non significa che non mi vuole bene.
Che se ho troppe cose da fare...
non devo farle tutte nello stesso minuto.
Ne faccio una.
Poi un'altra.
Poi un'altra ancora.
E il mondo, sorprendentemente, continua a girare.
Pausa.
Anche con il sonno ho cambiato atteggiamento.
"Non vuoi farmi dormire?"
Va bene.
Non dormo.
Domani sarò stanca.
Dormirò quando riuscirò a dormire.
E quando smetto di ordinarmi:
"Devi dormire! Devi dormire! Devi dormire!"
qualche volta...
mi addormento.
Sorride.
Che caratteraccio ha.
Vuole sempre vincere lei.
Riprende il quaderno.
Non so se un giorno cambierà casa.
Probabilmente no.
È qui da troppo tempo.
Ha le chiavi.
Sa dove tengo tutto.
E ormai ha perfino il suo posto nel letto.
Però una cosa adesso la so.
Lei è **una parte di me**.
Non è tutto di me.
Pausa.
Questa differenza...
ci ho messo una vita a capirla.
Guarda il quaderno.
E comunque...
ai post-it e al quaderno delle cose da fare non rinuncio.
Quelli no.
Riprende la penna.
Vediamo...
Telefonare al dottore.
Fatto.
Farmacia.

Da fare.
Spese di amministrazione.
Si ferma.
Oddio.
Quando scadono?
Guarda il pubblico. Poi alza gli occhi come se avesse appena sentito una voce.
Eccola.
È tornata.

Con rassegnata familiarità.

Ciao, Ansia.
BUIO