

Senza più paura di perdermi

Ogni riferimento a fatti realmente accaduti o luoghi e/o a persone realmente esistenti è da ritenersi puramente casuale.

**Evelyn Gigli**

**SENZA PIÙ PAURA DI PERDERMI**

*Autobiografia*

BOOK  
**SPRINT**  
E D I Z I O N I

[www.booksprintedizioni.it](http://www.booksprintedizioni.it)

Copyright © 2016

**Evelyn Gigli**

Tutti i diritti riservati

*“Ai miei figli.”*



## Introduzione

Pensando a un sottotitolo per il mio diario, mi piacerebbe:

“I miei sogni-dopo un grande evento depressivo... ma anche durante nuove depressioni!!! Ovvero... eredità di una prima parte dell’analisi, che ha avuto un epilogo felice”.

Si tratta di una raccolta di scritti, risalente al periodo compreso tra i trenta e i quaranta anni circa della mia vita, in cui alcune importanti crisi depressive mi hanno portato a seguire, alternativamente o in associazione, cure farmacologiche e psicoterapeutiche, tali, quest’ultime, da “costringermi” a trascrivere i sogni che al mattino riuscivo a ricordare, per discuterne successivamente durante le sedute.

L’insieme che ne è risultato è un mosaico di malinconiche e, spesso, monotone tesserine, che mi vedono più “proiettata” verso il passato che verso il futuro, schiacciata dagli eccessivi e spesso ingiustificati sensi di colpa, che SOLO la depressione può generare e che impediscono di poter immaginare una vita diversa, presente o futura che sia.

La comprensione, guidata, dei meccanismi psichici, che determinano i sintomi più autodistruttivi della malattia, e l’assunzione dei farmaci più idonei al particolare quadro patologico, mi hanno permesso di... continuare a vivere, prima... MA, ora, anche di sentirmi... FELICE DI POTER VIVERE.

L'inizio della depressione coincise, pressappoco, con l'inizio della mia crisi coniugale e conseguente separazione che, insieme ad altri fattori, tra cui un grave incidente risalente al periodo del mio primo impiego di lavoro, fu la causa scatenante del primo grande evento depressivo.

Qualche tempo fa, ho pensato di raccogliere, in modo più ordinato, tutto quel che avevo annotato frettolosamente su un quadernino, "a caldo", giorno per giorno, in quegli anni.

Tutto ciò che del passato sono riuscita a conservare è stato posto da me in un "nuovo" contenitore, una "nuova" me, meno "opaca", più "lucida", con la capacità di vedere dentro e fuori di sé in modo oggettivo e "limpido", senza più i sensi di colpa indicibili e l'impossibilità di perdonarsi... e la "vecchia" me... è... "vuoto a perdere".

*E. G.*



# 1

## I sogni: appunti e spunti

Così inizio a parlare (durante la notte, attraverso le avventure oniriche) della mia vita da separata, prima... e poi...

Notte 31.12.'93/1.1.'94

A casa di mamma (ex camera da letto di mia sorella e mia), sperimentatori scientifici, più o meno seri, rilevavano che l'aria pesante che respiravamo faceva correre più velocemente le lancette dell'orologio, togliendoci del "tempo".

Io ribattevo che ero la sola, tra tutti, a voler aprire le finestre, ma, in inverno, mi chiedevo e chiedevo, come si potessero lasciare aperte a lungo... La domanda veniva elusa...

Per contro, alcuni di loro (forse di colore) mostravano ortaggi strani che dicevano essere dolcissimi, ridendo o ghignando.

[La sera prima, a casa di mia sorella, parlavamo di alcuni nostri conoscenti extracomunitari, mangiando sedano e mascarpone.]

Mamma era disperata di fronte al disordine lasciato dagli sperimentatori in camera di mio fratello, e si chiedeva perché noi accogliessimo, in casa, tutti.

Lo stesso sperimentatore che ci aveva parlato all'inizio, infine, rilevava (come aveva potuto?) che il mio sarebbe rimasto un figlio unico.

[Luca, il mio bambino, è insieme al papà dal 30.12 sera.]

Andati via, io mi recavo, correndo, a scuola e, pur avendo più possibilità di scelta tra i mezzi di trasporto, riuscivo a perderli tutti e ad arrivare in ritardo.

[Sogno ricorrente: gestione non soddisfacente del mio "tempo", paura di arrivare in ritardo...]

1.1.'94

Il bambino invitava il papà, non capivo se seriamente, ad andarsene da casa, durante una sua visita.

[Luca è tornato a dormire a casa da questa notte.]

5.1.'94

Portavo con me una cesta con dentro Luca, che non si svegliava mai.

Io non lo dimenticavo, comunque.

Trovavamo una buona sistemazione in treno per la notte, ma non dormivamo. All'arrivo, a casa di mamma, compariva una mia vicina di casa, con la figlioletta (segreta) della figlia. Si diventava amici.

[Nella realtà, il clima, tra di noi, è tutt'altro che amichevole.]

6.1.'94

Si era in buoni rapporti, Alessio e io, tanto da immaginare una riconciliazione, ma lui mi faceva notare (forse perché non ci illudessimo di nuovo), che non si poteva andare oltre.

7.1.'94 (rientro al lavoro)

Mi facevo “abbindolare” nuovamente (come nella realtà) da una collega che mi affidava l’incarico di assegnare i compiti delle vacanze di Natale (proprio quelle appena trascorse) ai bambini, dato che lei aveva urgenza di “allontanarsi un attimo dall’aula” per motivi personali.

Un’altra collega, che aveva saputo, mi rimproverava, poiché non avrei dovuto svolgere un compito che non mi spettava...

«Anche per le tue scarse capacità organizzative (preparare etichette, schede, ecc...)» concludeva.

Eppure, mi dicevo, di solito non era così; io sono piuttosto abile, in tutto ciò.

[Il sogno rivela, comunque, il mio senso d’inadeguatezza e d’inferiorità nei confronti degli altri.]

In un secondo sogno, Alessio e io ci ritrovavamo in una stanza mai vista, in cui, senza parlare, lui cercava e controllava “svegli” e altri oggetti.

Io, forse, desideravo rimanere sola.

[Ancora il tema del “tempo”, del “controllo del tempo attraverso le sveglie, gli orologi”.]

10.1.'94

[È tornato papà in città, di ritorno da un viaggio al paese d'origine.]

Papà picchiava chi trovava davanti a sé e Ale voleva venire a letto con me.

[In questo periodo il mio rapporto con gli uomini della mia famiglia non è facile; si salva ancora quello con mio figlio.]

16.1.'94 (due sogni)

Un uomo faceva la corte alla figlia della donna che giurava di amare...

[Un uomo, sconosciuto, animus, la mia parte maschile. Forse il riferimento è all'idea di far telefonare ad Alessio da parte del mio avvocato, per le questioni economiche (invece di dirglielo io direttamente); anche da parte mia c'è mancanza di buona fede? È così, di sicuro.]

In un secondo sogno io dovevo un sacco di soldi alla ragazza di mio fratello (secondo i suoi calcoli) e gliene "volevo" per questo; ero "incavolata" con lei e ne parlavo con mio fratello...

[La sera prima, il mio caro "fratellino" (minore di me, d'età) mi aveva telefonato dal paese dei nostri genitori, in cui vive.]