

SAPORE DI MONETA VECCHIA

Romanzo



Teodoro Adrián Cardós

SAPORE DI MONETA VECCHIA

SAPORE DI MONETA VECCHIA

Novela

Teodoro Adrián Cardós

Índice

Prologo · Il sale	9
Parte I · L'EREDITÀ	12
Capitolo 1 · La fila	13
Capitolo 2 · La macchina	18
Capitolo 3 · Dai tredici ai diciotto	23
Capitolo 4 · Il parlatorio	27
Capitolo 5 · L'esimente	32
Capitolo 6 · Lo spiazzo	35
Capitolo 7 · Il corpo	40
Capitolo 8 · Laura	45
Parte II · IL BAGLIORE	49
Capitolo 9 · Il primo bagliore	50
Capitolo 10 · Il divano	54
Capitolo 11 · Lasciare e tornare	59
Capitolo 12 · La casa di Rocío	63
Capitolo 13 · L'appartamento	68
Capitolo 14 · Il mestiere di leggere	73

Capitolo 15 · La donna più grande	77
Capitolo 16 · Lo schema	82
Parte III · MARTA	87
Capitolo 17 · Marta	88
Capitolo 18 · La scuola d'arte	93
Capitolo 19 · La moto	98
Capitolo 20 · Due volte al pronto soccorso	103
Capitolo 21 · La coppia a tre	108
Capitolo 22 · Il canale	113
Capitolo 23 · Il posto di mio padre	118
Capitolo 24 · La visita	122
Capitolo 25 · Una domenica d'inverno	127
Capitolo 26 · L'astronave	131
Parte IV · IL NOME	136
Capitolo 27 · Il primo reparto	137
Capitolo 28 · Il nome	141
Capitolo 29 · L'eredità	146
Capitolo 30 · Bene e forte	150
Capitolo 31 · Rigidare tutto	155
Capitolo 32 · La dottoressa	160
Capitolo 33 · Il Messia	166

Capitolo 34 · Il ventiseiesimo piano	174
Capitolo 35 · Gli audio	179
Capitolo 36 · Il perdono di Lidia	185
Parte V · LA CADUTA	190
Capitolo 37 · La tregua	191
Capitolo 38 · La linea	196
Capitolo 39 · Il podcast	200
Capitolo 40 · Il giorno in cui è cominciato	204
Capitolo 41 · L'appartamento	209
Capitolo 42 · Sette parole	213
Capitolo 43 · Il salotto	218
Capitolo 44 · Claudia	223
Capitolo 45 · La telecamera alle due del mattino	227
Capitolo 46 · Il paravento	233
Parte VI · LA LINEA SBAGLIATA	239
Capitolo 47 · Il medico che parlava	240
Capitolo 48 · Centocinquantacinque chili	244
Capitolo 49 · La gattina	249
Capitolo 50 · Senza linea retta	253
Capitolo 51 · Lidia, di nuovo	258
Capitolo 52 · Il terzo appuntamento	262

Capitolo 53 · La lettera	267
Capitolo 54 · Il ricovero che ho chiesto io	272
Capitolo 55 · Gli incubi	277
Capitolo 56 · Quelli che sono rimasti	281
Capitolo 57 · Per Claudia	285
Epilogo · La dose della notte	289

Prologo · Il sale

Ci sono sapori che arrivano prima del bugiardino. Quello del litio è metallico, ma non come una forchetta: è la ruggine di una moneta dimenticata da anni in un cassetto e che a qualcuno viene in mente di posarti sulla lingua. Quando mi sono messo in bocca la prima compressa (trentatré anni appena compiuti, un reparto chiuso, una finestra che dava su un cortile interno dove non cresceva assolutamente niente), quel sapore non l'ho scoperto. L'ho riconosciuto. Veniva da molto più indietro. Veniva dal barattolo arancione che per tutta la mia infanzia è stato sul bordo del lavello, nella cucina di quella casa, incastrato tra la spugnetta e il sale da cucina.

Mio padre si è ucciso con il litio. Io avevo vent'anni.

Lo scrivo così, senza niente sotto che attutisca, perché qualunque altro modo di dirlo sarebbe trucco. Sul foglio ufficiale l'hanno chiamata autolisi da litio. Due parole da dizionario medico per una casa a cui è crollato il pavimento; qualcuno le ha scritte, ha chiuso il fascicolo ed è andato a pranzo. Mia sorella Sonia ha messo via tutto in una cartellina azzurra, quell'estate intera lì dentro, e quella cartellina l'ho aperta una volta. Non l'ho più riaperta. So già come suona: vigliaccheria. Non lo è, e non lo dico per fare bella figura. È che non ho bisogno di nessun foglio che me lo ricordi. Ce l'ho addosso. Mio padre aveva questo mio cervello e questa mia malattia da quando è nato, con il suo nome tecnico e la sua diagnosi sul tavolo; quello che non ha avuto è stato qualcuno accanto che gli reggesse la terapia, e la testa, nei periodi in cui la testa se ne andava per conto suo a fare un giro. E ha finito per usare la pastiglia che stava lì per tenerlo in vita in quell'altra cosa che la stessa pastiglia sa fare quando chi ce l'ha in mano è solo e a pezzi.

Tredici anni dopo quell'estate, quello nel letto ero io. Camice prestato, un braccialetto di plastica al polso con il mio nome stampato (che è il modo elegante di dirti che lì dentro sei un pacco con l'etichetta), e davanti una psichiatra minuta, con i capelli corti, che mi spiegava senza fare la solenne che quella roba non era per qualche mese ma per sempre. Le ho raccontato di mio padre, che se

n'era andato con un'overdose della stessa identica cosa. Non l'ho sorpresa: ce l'aveva davanti, scritto nella mia cartella. Me lo prescriveva lo stesso, perché l'unica alternativa possibile era non prescrivermelo. E lì la conversazione è finita. Gioco a scacchi da quando ero bambino e riconosco subito quelle posizioni in cui è uguale qualsiasi cosa muovi. Ho chiesto per quanto tempo, più che altro per chiedere qualcosa. Il tempo era quello: sempre. Il tipo uno non si toglie. Si porta.

L'ho presa quel pomeriggio stesso. E con la moneta vecchia che si scioglieva in bocca è arrivato in blocco tutto il resto, come arriva ogni volta e come arriverà finché mi resta una lingua: mio padre, il lavello, il barattolo arancione, quella cucina, la cartellina azzurra che non apro.

Da allora sono passati più di sette anni. Fai il conto, se ti va: sono più di due-milasettecento giorni, e non ce n'è stato uno solo in cui non mi sia ingoiato il sale due volte, appena alzato e prima di andare a letto. Vengono fuori più di cinquemila volte mio padre in bocca. Ma c'è una parte di questa storia che sopporto molto peggio del sapore, e la racconto qui perché spiega questa casa meglio di qualunque altra cosa io possa raccontare. La mattina mi tocca una pastiglia e mezza. Vuol dire che ogni pochi giorni devo spezzare in due una compressa. E da solo non ci riesco. Ogni volta che tocca chiamo mia madre perché venga e mi resti accanto, e lo facciamo in due, in piedi in cucina, quasi senza parlare. Io lo chiamo il rituale. Perché spezzare a metà la pastiglia esatta con cui mio padre si è tolto di mezzo non è prendere una medicina: è ripetere con le mani il gesto che ha fatto lui. E quel gesto, senza nessuno davanti, non mi viene.

E quello stesso sale è, allo stesso tempo, l'unica cosa che mi tiene in piedi. Per questo in qualunque mia analisi c'è una riga che dice litio nel sangue, uno virgola dieci, e quel numero significa due cose insieme: che sono in terapia, e quanta distanza esatta c'è tra mio padre e me.

Questa cosa non si guarisce. Il litio non mi toglie la malattia di dosso, la contiene, che non è la stessa cosa. È una diga. E dietro una diga l'acqua non sparisce: resta lì, sale con la stessa pazienza di sempre, ad aspettare il giorno in cui qualcuno si distrae con le paratoie. Per questo quello che si è portato via più gente, tra noi che stiamo in questa storia, non è la malattia di petto: è un'idea ragionevole, assennata, quasi di buon senso, che ti entra in testa una mattina buona, l'idea che questa roba non serva più. Stai bene, sì. E stai bene esattamente per quello. Mio padre ha aperto le paratoie di colpo: lo stesso cervello che ho io,

la stessa scatola nello stesso cassetto, e una notte ha deciso che bastava così, e si è bevuto in una volta sola tutti i sorsi che gli restavano davanti.

E adesso quello di oggi, perché si capisca già da questa prima pagina che cosa ci si gioca in quelle che vengono. Oggi è una giornata buona. Ho preso la pastiglia e mezza con un caffè, in piedi alla finestra, guardando la montagna che si vede da qui, e a metà mattina scenderò a prendere un altro caffè con Laia, che è la donna con cui sto da un anno e che dorme in questa casa metà delle notti. Ho un lavoro da cui sono in malattia, mia madre a dieci minuti a piedi, una sorella che mi mette due bicchieri d'acqua in tavola quando vado a pranzo da lei, e una gatta. Ho smesso con tutto quello che mi toglieva pezzi, in quest'ordine e senza nessuna linea retta: prima le canne, poi le sigarette, poi l'alcol. Ho quarantun anni e da quando ne ho trentatré ho anche il nome di quello che ho. Questo è l'inventario completo. Non è granché, ed è il massimo che abbia mai avuto.

Sopra tutto questo c'è appesa una cosa che non ho intenzione di abbellire: la richiesta di un ricovero lungo, di quelli da un anno, firmata da gente che due anni fa ha deciso che io sono una cosa diversa da quella che sono. Se quel ricovero arriva, mi separa dal caffè, dalla finestra, da Laia e dalla gatta. Quindi questo non lo scrivo per nostalgia, che è la prima cosa che si pensa e la più falsa che si possa pensare. Di quello che compare in queste pagine non mi manca niente. Lo scrivo perché è l'unico modo che ho di spiegare che cosa mi è successo, e perché quello di oggi è l'unica cosa che non sono disposto a perdere.

Quello che viene dopo mi è costato sette anni riuscire a metterlo per iscritto. E non è tirato fuori dalla memoria: è tirato fuori contro la memoria, con l'archivio aperto lì accanto, perché degli anni che compariranno qui la mia testa conserva un disastro di cui non mi fido. Comincia parecchio prima della pastiglia. Comincia in una fila, davanti a un carcere, con mia madre incinta di mia sorella.

Parte I • L'EREDITÀ

Capitolo 1 • La fila

Mia madre ha fatto due volte la stessa fila, a venticinque anni di distanza, e tutte e due le volte per vedere lo stesso uomo. Comincio dalla prima perché è quella che spiega la seconda, e perché delle due è l'unica che non ho visto: non ero ancora nato. Quello che ne so lo so da mia madre, che l'ha scritto a modo suo e me l'ha raccontato a modo suo, e le due versioni coincidono in quello che conta.

Era una strada di polvere, non asfaltata, quella che andava dal paese al carcere, e mia madre la faceva a piedi una volta a settimana con una borsa per mano (vestiti puliti, da mangiare) e una pancia di cinque mesi che cresceva e cresceva. Un giorno è caduta e non riusciva ad alzarsi, ed è rimasta lì, per terra, a piangere di puro terrore che alla bambina fosse successo qualcosa, finché un ragazzo che passava in bicicletta è sceso e l'ha aiutata. Poi la fila davanti al portone, con le altre. Intorno a lei non c'erano che donne con i bambini appesi alla gonna, e lei si chiedeva che cosa ci facesse lì, in che momento fosse scesa così in basso, lei, che aveva attraversato un mare con una laurea in mano. E in quella fila, con la bambina dentro, si è fatta un giuramento: che sua figlia non avrebbe mai messo piede in un carcere per vedere suo padre dietro le sbarre. Poi il parlatorio, il vetro sporco, la cornetta, il tormento di avere il marito davanti e non potergli nemmeno sfiorare le mani. E il ritorno piangendo lungo la strada di polvere. Ogni settimana. Così se l'è giurato.

Per capire come si arriva a quella fila bisogna tornare indietro, e la prima cosa di tutte è un taxi. Mia madre è italiana. È nata a Cagliari, una città con il porto, in Sardegna, e la sua era una famiglia siciliana d'origine: i suoi genitori erano usciti dalla Sicilia scappando dalla fame e dai debiti ed erano sbarcati sull'isola con una mano davanti e una dietro, a dormire in una stanza in affitto dentro la casa di un'altra famiglia. Lì l'hanno messa al mondo. E quando sono rimasti senza padre, mia nonna si è infilata gli stivali del marito e ha preso il suo posto al mercato all'ingrosso: attraversava la città a piedi alle tre del mattino, da sola, al buio, che piovesse o gelasse, per arrivare in tempo a scaricare le cassette della frutta. Con quella donna davanti è cresciuta mia madre, e con

quella donna davanti ha fatto quello che non aveva fatto nessuno del suo sangue: entrare all'università. Ed entrarci controcorrente, litigando con sua madre, che sosteneva che studiare fosse tempo buttato visto che una donna finiva sposata comunque. Si è laureata in Lingua e Letteratura Spagnola nei quattro anni previsti e senza ripetere un solo esame. Le restava la tesi, e il relatore le ha messo davanti un argomento che a lei è sembrato un regalo: Federico García Lorca alla guida della Barraca, il teatro ambulante che è salito su un camion per portare i classici nei paesi di Spagna. In Italia su quella roba non c'era materiale. I giornali che le servivano, quelli di prima della guerra, stavano qui. Così ha attraversato un mare dietro a un poeta assassinato e a qualche emeroteca, a ventitré anni e con tutti gli esami dati tranne quello, ed era per questo che era venuta, il giorno in cui è salita su quel taxi. Lo spagnolo le era entrato nel sangue lungo la strada, e l'italiano non se n'è mai andato: quarant'anni dopo si trascina ancora l'accento, e quando si arrabbia o quando prega le esce la lingua di sua madre, che è la lingua in cui io ho imparato a contare. C'era una fila di taxi all'uscita del terminal e quello che le toccava non era quello di mio padre, che stava dietro: quello davanti, per chissà quale motivo (non è mai riuscito nessuno a spiegarlo), si è girato verso la macchina dietro e gli ha ceduto il turno. Lei è salita su quello. Quindi io vengo da lì, letteralmente: da un tassista che decide di non prendere una corsa. Se quell'uomo non gira la testa, io non sono qui.

Al volante c'era un uomo bruno, con un naso grosso e una cicatrice vicino a un occhio, i trenta già passati, vestito di nero da capo a piedi come la macchina. Sembrava un becchino, dice lei, e dice anche che i segnali non potevano essere più chiari e che avrebbe dovuto leggerli. Ma quell'uomo ha aperto la bocca e non l'ha più chiusa fino alla pensione. Le ha tirato fuori la valigia dal bagagliaio, gliel'ha portata su in camera (una cosa che, come le ha confessato molto tempo dopo, non aveva mai fatto per nessuno in vita sua) e già che c'era le ha proposto di uscire quella sera stessa, a cena e a fare un giro per la città. Lei ancora oggi non sa spiegare perché abbia detto di sì a uno sconosciuto di undici anni più grande. Gli ha detto di sì. Due ore dopo ce l'aveva sul portone, in giacca e cravatta. L'unico appuntamento puntuale di tutta la vita che hanno passato insieme. L'ha portata a cena e a ballare e l'ha lasciata alla pensione che stava albeggiando. E così per quindici giorni, fino a un bacio su un'altura da cui si vedeva la città intera con le luci che tremavano sotto. Ed è da lì che mi viene l'attrezzo di famiglia: la parlantina. A mio padre è bastato parlare. A me, per tutta la vita, pure.

I segnali c'erano, e non scritti in piccolo. Il fatto è che lei quella lingua non la sapeva leggere, e oggi le viene la pelle d'oca quando ci ripassa sopra. Quell'uomo dormiva pochissimo e funzionava a una velocità diversa da quella del resto del mondo: un lavoro di giorno, un altro di notte, la bocca che non si fermava mai, la testa che sfornava progetti enormi e che dopo una settimana ne sfornava altri, e addosso un'intensità che dava le vertigini e che, adesso che sa che cos'era, faceva anche un po' paura. Da Cagliari, sua madre e sua sorella l'hanno fiutato senza poterlo chiamare per nome, e quello ha messo altro veleno in un rifiuto che era già di serie: se al tassista fosse venuto in mente di farsi vedere da quelle parti, lo buttavano giù dalle scale. Lei traduceva ogni cosa al contrario. Il sintomo le suonava come passione. Una testa accelerata le sembrava un uomo con voglia di vivere. E ha finito per fare quello che fa una ragazza di poco più di vent'anni innamorata persa e con la famiglia contro: si è presa la laurea, ha comprato un biglietto di sola andata, ha lasciato sul tavolo una lettera d'addio ed è uscita di casa una mattina in cui non c'era nessuno, con la valigia che aspettava da settimane sotto il letto. A Barcelona ad aspettarla c'era mio padre con un'orchidea in mano.

E qui arriva la scena che, per me, è la chiave di tutta questa storia, anche se a lei allora è sembrata una formalità. Pochi giorni prima del matrimonio, lui e sua sorella l'hanno portata in uno studio di psichiatria senza darle troppe spiegazioni per strada. Glielo volevano dire prima del sì. Mio padre soffriva di depressioni. C'era una terapia, e con la terapia la sua vita era una vita normale; il casino cominciava quando la lasciava, e la lasciava un giorno sì e l'altro pure, cosa che lei avrebbe verificato nel giro di pochissimo. È uscita di lì sottobraccio a lui e tranquilla, sicura che quella cosa non li avrebbe piegati, perché aveva l'età che aveva e si beveva dalla prima all'ultima parola la storia che l'amore sistema tutto. Si sono sposati alle cinque del pomeriggio, come le correde, e in viaggio di nozze lui ha incastrato la fiancata della macchina in prestito contro un camion a un semaforo, all'uscita della città. Il primo di tantissimi.

Le avevano detto la metà. E non era una bugia, attenzione: era la metà di sotto. Depressioni era il nome che si dava allora alla parte di questa malattia che fa male a chi ce l'ha, quella che si vede, quella che porta un uomo in ambulatorio. L'altra metà, quella di sopra, in quello studio non gliel'ha nominata nessuno, perché la metà di sopra non sembrava una malattia: sembrava lui. Un uomo che non dorme, che parla senza fermarsi, che fa progetti, che lavora due turni, che fa innamorare un'italiana nel tragitto di un taxi, quello, visto da fuori, non è un

sintomo. È un carattere, e per di più un carattere magnifico. È questa la trappola della malattia che aveva mio padre e che ho io: sono due poli, e dei due solo uno fa male al malato. L'altro fa male agli altri, e più tardi, quando hanno già presentato il conto le notti in bianco, i progetti, i soldi, gli incidenti, le sparizioni. Un medico dà un nome a quello che vede in ambulatorio, e in ambulatorio mio padre stava giù. Quello di sopra lo vedeva mia madre, da sola, a casa, senza medico e senza parola.

E quello che fa una famiglia con una malattia che non ha un nome è dargliene uno morale. Bugiardo. Egoista. Irresponsabile. Pazzo, nel peggiore dei casi, e pazzo non spiega niente: è il modo che ha la lingua di arrendersi. Mia madre ha passato trent'anni a cercare di separare l'uomo da quello che l'uomo aveva, e ci ha provato a mani nude, perché l'unico attrezzo che serve per quel lavoro è la parola esatta, e quella non gliel'ha data nessuno. A me l'hanno data a trentatré anni, in un reparto chiuso, e non è stato un regalo nemmeno quello. Ma almeno me l'hanno data intera.

Finché una notte non è tornato a casa. Lei l'ha passata tutta alla finestra, a cercare il rumore del motore in ogni macchina che saliva per la strada e con la paura attaccata alla gola che gli fosse successo qualunque cosa. Appena ha fatto giorno ha chiamato la cognata per chiederle consiglio, e quello che ha sentito dall'altra parte è stata una voce tranquillissima che le diceva di non agitarsi, che sparire l'aveva già fatto altre volte, che era la malattia. Il secondo giorno mio padre si è presentato a casa con uno squarcio in fronte e un incidente in bocca, e che per quello non aveva potuto avvisare. Lei se l'è bevuta. Le ci sono voluti anni per sapere che cos'era successo davvero, perché gliel'ha raccontato lui: non aveva avuto il fegato di tornare e mettersi davanti, e lo squarcio se l'era fatto da solo. Quella non era una scenata costruita. Era una testa malata che, appena la crisi stringeva, preferiva farsi del male piuttosto che sedersi a guardare in faccia la vita che aveva. E quella cosa si è ripetuta parecchie volte, con scuse delle più varie: il pomeriggio in cui ha lasciato sua madre e la mia al tavolino di un bar con un «torno subito» e hanno dovuto rientrare in taxi, o il giorno in cui nella scuola dove lei insegnava è arrivato un allarme bomba, hanno evacuato l'edificio, e mia madre se l'è trovato in strada, che l'aspettava. L'ha portata a fare colazione e le ha sparato, con tutto l'orgoglio del mondo, che la telefonata l'aveva fatta lui: per lei, per rubarle un pezzo di quella mattina.

—Sei pazzo —gli ha detto.

A lui è venuto da ridere e l'ha lasciata cadere, come se la cosa non avesse la minima importanza. Ed è tutta lì la storia: lei che tira fuori la parola senza rendersi conto che la stava dicendo sul serio, e lui che ride perché non se ne rendeva conto nemmeno lui.

Ha mollato il taxi e ha aperto un laboratorio di oreficeria, che era quello che faceva prima, e ha detto a mia madre che un amico gli avrebbe prestato l'oro per partire. Laboratorio di giorno, volante di notte. Finché una notte, con tutti e due già a letto e mia madre al quinto mese di mia sorella Sonia, qualcuno si è messo a martellare la porta. Aprite, polizia. Mio padre si è alzato, ha aperto e se lo sono portato via senza spiegare niente a nessuno. Dopo qualche ora sono tornati con lui, sono andati dritti in camera da letto, hanno aperto l'armadio e hanno tirato fuori una borsa piena di gioielli. Non c'è mai stato nessun amico con l'oro: mio padre comprava il materiale da chi lo rubava, lo fondeva e con quello faceva i lavori su commissione, e i ladri avevano fatto il suo nome alla prima domanda. Ricettazione, e non di un posto solo. Mia madre ha trovato un avvocato onesto ed economico, che ha chiesto la libertà su cauzione e gliel'hanno negata, e che poi è riuscito a far ricevere lei dal giudice, nel caso riuscisse ad ammorbiderlo. Non l'hanno smosso né le lacrime né la pancia.

—Signora, si dimentichi di suo marito, perché lo condanneranno a più di dieci anni di carcere.

Da quello studio è uscita con l'anima che strisciava, e dietro è arrivata la strada di polvere, una borsa per mano e la fila con le altre donne. Mesi così. Per mettere insieme la cauzione ha venduto la macchina con sopra la licenza del taxi, e l'hanno chiamata con la risposta buona una settimana prima della data del parto. Si è piantata davanti al portone ad aspettarlo e ha visto uscire mio padre in mezzo a un gruppo di detenuti che in quei giorni stavano scarcerando per un'altra faccenda, per questioni politiche. Hanno messo l'incubo da parte, ed è nata mia sorella. Poi sarebbero arrivate altre sparizioni, altre scuse, un altro carcere e una condanna in contumacia che l'ha tenuto per anni a entrare e uscire dal paese con documenti falsi, e di tutto questo parlo quando tocca. Quello che conta qui è il giuramento. Venticinque anni dopo, davanti al portone di un altro carcere, per vedere lo stesso uomo, mia madre ha rifatto quella fila. Con sua figlia accanto. E con un figlio di sedici anni dietro, che ero io.

Capitolo 2 • La macchina

Il visore notturno me l'ha messo in mano mio padre su una spiaggia, di notte, con il gesto con cui un altro padre passa al figlio il binocolo per guardare gli aerei di domenica. Avrò avuto undici anni, dodici al massimo. Ho guardato. Dentro il visore era tutto verde e granuloso, e in quel verde c'era un motoscafo, e uomini dentro l'acqua fino al ginocchio, e pacchi che passavano di mano in mano fino ad arrivare alla sabbia. Neanche una parola di spiegazione. Non ne serviva nemmeno una. Quella notte gli è caduta la maschera del tutto, e io ho finito di legare quello che era già mezzo legato da un pezzo.

Perché su quella macchina io ci sono salito a otto anni. All'inizio andavamo tutta la famiglia, e per qualunque vicino che ci vedesse partire con il bagagliaio chiuso quelle erano vacanze e basta: la costa, le isole, mezza Europa, un bambino dietro con un fumetto e un padre al volante che guidava divinamente. Quello che viaggiava sotto il bambino non lo sapeva nessuno in quella macchina, e mia madre meno di tutti. Poi i miei si sono separati e i viaggi sono andati avanti, ma ormai solo io e lui, e di vacanza non avevano più niente. La copertura ufficiale era che faceva il rappresentante per una gioielleria. A me, che leggevo tanto, che mi ingozzavo di televisione a tutte le ore ed ero parecchio più sveglio di quanto convenisse a chiunque, i conti non tornavano: notti intere a dormire in case di gente che non conoscevano, famiglie marocchine, tipi stranissimi, posti dove nessun rappresentante di gioiellerie al mondo ha niente da fare. Mi lasciava per ore dentro la macchina senza dirmi perché né fino a quando, esattamente come aveva piantato mia madre a quel tavolino. E io aspettavo. Un bambino non sa che casa sua è una casa strana finché non mette piede in un'altra, e io un'altra in cui mettere piede non ce l'avevo.

A dodici o tredici anni sapevo benissimo in che cosa eravamo dentro. Lo dico senza aggrapparmi all'alibi del bambino che non capisce: capivo. Non me l'ha raccontato nessuno, non c'è stata nessuna chiacchierata da padre a figlio, nessuno si è seduto con me a spiegarmelo. L'ho tirato fuori io, mettendo insieme i pezzi. Le facce che comparivano, i paesi, gli orari impossibili, dei soldi

che si materializzavano e sparivano come in un numero di magia fatto da un mago scarso. E allora ho fatto quello che fa un bambino sveglio che è solo: guardare molto, non chiedere niente e tirare conclusioni. Da lì è uscita la mia prima idea di che cosa fosse l'autorità, e me l'ha data lui senza volerlo: che a casa tua possono venire a prenderti in divisa, che avere paura della polizia non era una mia paranoia ma una paura con delle basi, e che le persone che stanno lì per proteggerti possono infilarti come complice in cose di cui un bambino non dovrebbe nemmeno avere notizia.

E anche con tutto questo, e lo scrivo perché è la verità e perché se me lo tengo per me sembra che io sia uscito da una fogna, la mia infanzia è stata felice. Felice e abbastanza normale. Una casa con degli orari, con i suoi viaggi di famiglia, e una madre che si è presa cura di me e che per anni ha fatto da muro di contenimento: se io ci ho messo tanto a capire il mestiere vero di mio padre è stato perché lei si è dedicata anima e corpo a che non lo capissi. Ci sono state litigate, di quelle che si sentono per intero dalla cameretta con la porta chiusa, e io non capivo che cosa stesse succedendo per un motivo che oggi mi sembra evidente: mi mancava il termine di paragone. Fino ai dieci anni sono stato un bambino normale e amato. Da una casa sono uscito. Quello che è venuto dopo è successo a qualcuno che veniva da qualche parte.

Di tutta quella follia, la cosa migliore sono state le case. Quelle famiglie marocchine, in quartieri di periferia di città di cui non sapevo nemmeno pronunciare il nome, ci hanno messo alla loro tavola come se portassimo il loro cognome, tutte le volte, senza una sola eccezione che mi sia rimasta conficcata. Ci davano da mangiare, tiravano fuori il tè, facevano posto a due spagnoli piombati lì di notte e per una faccenda che di presentabile aveva poco. Ero un bambino, ma mi rendevo conto benissimo di quello che avevo davanti: gente che non ci doveva assolutamente niente e che divideva il poco che aveva. E quello mi ha vaccinato, e uso la parola apposta. Quando hai cenato nella cucina di una famiglia di quelle che al telegiornale escono sempre nella parte dei problemi, il titolo non ti entra più da nessun lato.

Mio padre, con tutta quella roba addosso, io non lo vedevo malato. E non lo vedevo nemmeno come un uomo che saltava una regola dietro l'altra, né come quello che aveva il bagagliaio pieno di droga e il figlio sul sedile accanto. Io vedevo un eroe. Quello che veniva a tirarmi fuori dalla scuola dove mi rendevano la vita impossibile, quello che reggeva una notte intera al volante, quello che bussava a porte che gli si aprivano in case di sconosciuti. Aveva la malattia che

a me avrebbe distrutto la vita anni dopo, diagnosi compresa, e prendeva la terapia a modo suo, che è un modo elegante di dire a periodi: la lasciava, tornava, la rilasciava, come chi annaffia una pianta il giorno che se ne ricorda. E con l'hashish si era costruito un sistema tutto suo per pagare quello che spendevano le fasi di sopra e per reggere il piombo di quelle di sotto. Al volante era un fenomeno e in strada andava malissimo, le due cose insieme e senza che a lui sembrasse una contraddizione: se ne sbatteva dei cartelli stradali come delle regole di convivenza e del codice penale intero, e se ne sbatteva proprio per quello che aveva. Per questo, negli anni in cui è stato via, quel ruolo di autista di una banda che assaltava banche, quello che aspetta con il motore acceso mentre dentro succede quello che succede, gli è calzato come un guanto cucito su misura. Tutto quello che ha fatto in questa vita l'ha fatto con una macchina sotto.

E da dove gli veniva, già che ci siamo, perché malattia mentale in famiglia mia ce n'è sempre stata. Carte che lo dimostrino, nessuna. Perché qualcosa resti scritto bisogna prima avere le parole, e noi Herrera, quanto a parole per quello che conta davvero, siamo andati tutta la vita in rosso. Mio nonno da parte di padre è nato in uno di quei paesi del sud dove l'unica cosa che c'è è il paese, e lì di lui si diceva che era un uomo di contrasti, che era il modo educato e contadino di dire quello che io oggi sbrigo con due sigle e un manuale sotto il braccio. Periodi di un'energia e di un buonumore che si portavano via la famiglia intera; e dopo, senza preavviso e senza che fosse successo niente, settimane chiuso in camera senza uscire, senza parlare e senza voler vedere nessuno. Nei paesi di allora quello non era una diagnosi. Era un carattere. È fatto così, dicevano. E forza, che c'è da mietere.

Sopra quell'uomo la storia è passata due volte, e a nessuno era ancora venuto in mente di chiedere a lui come se la cavava con la sua roba. Da giovane se lo sono portato in una guerra in Africa, nelle retrovie, a caricare casse e a tenere il conto di quello che gli altri spendevano per ammazzarsi, e di quella roba non ha tirato fuori una parola in vita sua. Poi è arrivata quella di qui. Aveva un fratello di sinistra, e l'estate in cui è scoppiato tutto se lo sono portato via dal paese e non è più tornato. Quel fratello è esistito, era sangue mio, e il suo nome lo so. Mio nonno lo indicavano per la stessa cosa, così ha attraversato le montagne a piedi fino all'altra zona, e mia nonna è rimasta in questa con le mani infilate per tre anni nelle ferite dei ragazzi che scendevano dal fronte, e nella parte che alla fine ha vinto. Ed è stato proprio quello a salvargli la pelle quando è arrivata l'ora di fare i conti: la decenza di mia nonna gli ha fatto da salvacondotto. Altre

famiglie hanno dietro un atto di proprietà e un po' di terra. La mia ha quello. Dopo gli hanno ridato il posto, ha finito per lavorare nelle ferrovie, ha spostato i suoi da un paese all'altro fino a piantarsi a Barcelona, e da vecchio era un nonno adorabile che si metteva ai fornelli a preparare la cena ai nipoti. Ed era anche, a seconda del giorno, un uomo spigoloso, di quelli a cui in casa indovinavamo l'umore dal rumore che facevano le chiavi entrando nella serratura. Tutte e due le cose erano vere e nessuna delle due era malafede: erano i contrasti di sempre, sommati a due guerre e a un fratello che non è tornato e che nessuno l'ha aiutato a portare. Con uno zaino del genere, che venga qualcuno a dirmi chi ne esce indenne.

Mio padre è nato quando le armi avevano già taciuto, figlio letterale della pace, e si è portato addosso i contrasti del nonno con il volume alzato. E io mi sono portato quelli di mio padre con il volume alzato un'altra volta. Un'eco che, invece di spegnersi, suona più forte a ogni rimbalzo.

Qui devo tirare il freno a mano, perché io questa storia l'ho raccontata per anni appoggiandomi a una parola, epigenetica, e faceva un figurone: il trauma del nonno aveva toccato i geni che ha consegnato a mio padre, e il trauma di mio padre quelli che ha consegnato a me. Sono andato a verificarlo prima di metterlo per iscritto e salta fuori che così non sta in piedi. Preferisco restare senza una metafora bellissima piuttosto che infilarci un dato falso, anche se la metafora era bellissima. Quello che invece è più che assodato è che questa malattia è tra le più ereditarie di tutta la psichiatria: gli studi sui gemelli, che sono il modo pulito di separare quello che arriva col sangue da quello che arriva dalla casa, attribuiscono ai geni la maggior parte del rischio, e quella è genetica classica, di quella di sempre. Il figlio di un padre che ha questa cosa ha parecchie probabilità in più del vicino di fronte, e anche così la cosa più probabile resta che non gli tocchi, perché non c'è un gene, ce ne sono centinaia, ognuno che mette il suo granello, e devono mettersene insieme tanti. A me si sono messi insieme. L'altra cosa assodata è che il trauma sì che viaggia da una generazione all'altra, che è di questo che parla tutto il capitolo, ma per le strade che si possono mostrare: com'è l'ambiente di una casa, come ti crescono, quello che impari guardando, lo stress di una madre incinta e, soprattutto, il racconto, quello che una famiglia dice ad alta voce e quello che decide di non dire.

Quello che negli esseri umani non è dimostrato è l'altra parte: che un'esperienza lasci un segno chimico nelle cellule con cui si fabbricano i figli e che quel segno arrivi galleggiando fino ai nipoti come un messaggio dentro una

bottiglia. L'idea c'è, la si studia, in un'intervista fa una figura splendida, ma negli esseri umani le prove sono deboli e discussissime, e poi c'è un problema biologico di fondo: quei segni si cancellano quasi del tutto in due passate, una quando si formano quelle cellule e l'altra subito dopo la fecondazione. Quindi lo dirò come si può dire senza mentire: da mio padre ho ereditato dei geni che venivano già carichi di fabbrica, e ho ereditato per giunta la sua casa, la sua paura, il suo modo di piantarsi nel mondo e una storia di famiglia che non si è mai raccontata ad alta voce. Con questo avanza per spiegare la catena. Non mi serve nessuna molecola.

E se la catena suona più forte a ogni salto è per una cosa molto precisa: mio nonno un nome per la sua roba non l'ha mai avuto, e mio padre ce l'ha avuto, ma gli è mancato quello che fa davvero il lavoro, cioè la rete. Costanza, controlli, gente intorno che sappia che cosa succede quando uno lascia il litio, perché il litio per conto suo non regge nessuno. È questo che in questa famiglia non c'è stato, e a me è costato quarant'anni e cinque ricoveri impararlo. Mia sorella Sonia ha scritto non molto tempo fa, mentre cercava una sua foto per ricordarsi di lui, che è stato un uomo che si dava del pazzo da solo e che combatteva contro quella pazzia senza sapere che probabilmente era la cosa che gli dava più fascino; che non è stato tutto bello, che c'è stato dolore e tante paure, ma che il carisma e la tenerezza finivano per far pendere la bilancia dall'altra parte. Da quell'uomo vengo io. E da una famiglia che da vent'anni si ricorda di lui senza aver scritto neanche una volta la parola mostro.

Capitolo 3 · Dai tredici ai diciotto

I miei si sono separati l'anno in cui ho compiuto tredici anni, o quello prima per questione di mesi, e in quell'anno di scuola è crollato tutto insieme, come se qualcuno avesse tirato via la tovaglia. La casa era ipotecata e abbiamo dovuto mollarla per quello che ci davano; mia madre ci ha portati in un appartamento di un altro paese; ho lasciato la scuola privata e sono atterrato in quella pubblica. Un anno solo per tutte e tre le cose. Lei si era separata perché aveva visto il rovescio della faccenda: ha trovato l'hashish e ha capito di che cosa si occupasse davvero mio padre. Ed ecco quello che a me, dopo averci girato intorno mille volte, continua a non tornare: pur sapendolo, mi ha lasciato continuare a salire su quella macchina. Quello che succedeva dentro quei viaggi non l'ha mai saputo, questo lo metto per iscritto e lo firmo dove serve, ma il giro d'affari lo sapeva benissimo. E mi ha lasciato andare. E io ci andavo contento, che è la metà della verità che ho meno voglia di raccontare. Quei viaggi erano la via d'uscita dalla scuola, che odiavo e dove mi facevano bullismo, e la via d'uscita anche dalla vita di merda che facevo. Tra l'hashish nel bagagliaio e la lezione delle otto, io sceglievo il bagagliaio senza pensarci.

Il resto delle ore le passavo in camera mia, davanti a un computer. L'internet di allora non aveva nessuna legge, e chi c'è stato sa che non sto esagerando: canali di testo, forum, cavi che univano stanze lontanissime senza che nessuno sapesse chi c'era dall'altra parte, e senza che a nessuno interessasse scoprirlo. Il computer stava in camera mia. Controllo dei genitori, zero. E per giunta quella solitudine così precisa del ragazzino grasso che ha un padre immerso nei propri affari e una madre che si fa il mazzo al lavoro.

Quella roba non è arrivata di colpo. All'inizio erano chiacchiere: qualcuno che faceva domande, qualcuno che aveva tempo, la novità che ci fossero adulti ad ascoltarti come non ti ascoltava nessuno di quelli che avevi vicino. Poi arrivava la fiducia, che si costruisce piano e con i regali. Poi le richieste, dette come se fossero la cosa più normale del mondo. E poi tutto il resto.

Non è stato uno solo. Sono stati moltissimi, dai tredici ai diciotto anni. Uomini fatti e finiti che si sono trovati un bambino grasso e senza nessuno negli angoli brutti della rete e hanno fatto con lui esattamente quello che fanno quegli uomini. Mi picchiavano. Mi umiliavano. Mi legavano. Mi pisciavano addosso e in bocca. Mi hanno degradato in tutti i modi in cui si degrada un bambino che non è in condizione di dire di no, e mi hanno infilato in materiale pedopornografico che mi porto impresso a fuoco e a vita. Lo scrivo così una volta e non lo ripeto, perché l'inventario completo non serve a nessuno tranne che a me. E non è finita da sola: è andata avanti fino ai diciotto e mi è rimasta dentro trasformata in abitudine, il cruising, gli incontri con tipi schifosi e fantasie ripugnanti; a diciotto anni ho cominciato a entrare nelle saune, e anni dopo sarebbe arrivato il sesso con le droghe. Due decenni più tardi, con una psichiatra davanti, continuavo a non essere capace di dare a tutto quello il suo nome.

Ne tiro fuori uno dal mucchio, perché il segno che ha lasciato ha un capitolo tutto suo più avanti e preferisco piantarlo qui, come si lascia pronta una corda prima di tirarla. Quell'uomo mi legava al letto. Mi lasciava immobile, mi violentava così, senza che io potessi muovere un braccio, e faceva foto. Tredici anni avevo. Il panico di non poterti muovere è un trauma con una sua consistenza, e arriva prima di qualunque pensiero: l'animale che sta dentro che dà l'ordine di scappare e il corpo che non obbedisce. Con quello solo ce n'è già d'avanzo. Ma le foto ci mettevano sopra l'altra metà del danno, perché volevano dire che quella cosa non finiva quando finiva: in qualche disco fisso da qualche parte del mondo c'è un bambino legato che continua a essere disponibile per chi paga. Tienitelo da parte, questo paragrafo. Più avanti, in queste stesse pagine, c'è un altro letto e c'è di nuovo un uomo legato.

Stavolta con tanto di carte.

E semmai mancasse qualcosa, in quegli stessi anni è stato mio padre a infilarmi nella prostituzione. La prima volta che ho fatto sesso è stata con una prostituta e l'idea era sua. Ho continuato ad andare a prostitute fino a vent'anni, e non perché l'avessi scelto da una lista di opzioni: è che non conoscevo un'altra sessualità. Una cosa di scambio, scollegata, il corpo che funziona come un servizio che si compra, con la sua tariffa, la sua durata e la sua ora di chiusura. Così che, con gli uomini del computer che tiravano da una parte e mio padre dall'altra, quello che io a quell'età avevo imparato del sesso erano due cose, e nessuna delle due era il sesso: che il mio corpo era di chi aveva la forza di afferrarlo, e che quello degli altri si affittava a ore.

Quello che invece sapevo dire era il risultato: un risveglio sessuale precoce e rotto, e un'ipersessualità a cui la psichiatria avrebbe messo poi il cognome di reattiva (cioè la manata disperata di chi prova a riprendersi un corpo che gli hanno profanato) e che io ho passato vent'anni a scambiare per il mio modo di essere, senza accorgermi che era la pianta esatta di quello che mi avevano fatto a tredici anni.

È qui che la faccenda si incrocia con la malattia, e conviene frenare, perché quell'incrocio è la tesi intera di questo libro. Comincio da quello che è ben misurato: tra le persone che finiscono per sviluppare questa cosa, quelli che da bambini hanno subito maltrattamenti o abusi esordiscono più giovani, accumulano più episodi, più tentativi di togliersi di mezzo, più sostanze e un decorso peggiore di quelli che non ci sono passati. Che nessuno lo legga al contrario: il trauma non fabbrica il disturbo, il disturbo era già scritto nei geni e questo l'ho già raccontato. Quello che fa il trauma precoce, su un cervello che si porta già la predisposizione, è mandare avanti l'orologio e alzare il volume a tutto il resto. Con il mio cognome e con mio nonno, un bambino aveva già i suoi biglietti. Con il mio cognome, mio nonno e cinque anni di quella roba, i biglietti erano molti di più, e per giunta perché il premio uscisse presto e uscisse male.

E c'è una seconda cosa, più sottile, che intorno a me non ha saputo leggere nessuno. L'ipersessualità non è un peccato a cui hanno messo un nome moderno: in questa malattia è catalogata come sintomo, e compare tra i criteri che i manuali richiedono per la mania e l'ipomania, accanto all'insonnia e alla grandiosità. Partono tre motori insieme. Sale il desiderio, perché il sistema della ricompensa gira a un numero di giri che non è il suo e all'improvviso tutto luccica. Cade l'inibizione, e quello che è proibito smette di fare paura e comincia a chiamare. E si addormenta il calcolo del rischio, per cui le conseguenze semplicemente non entrano nel conto. Ha per di più una firma che la tradisce, ed è che segue l'umore come l'ombra segue il corpo: schizza in alto e nella depressione si spegne fino all'indifferenza più assoluta. Finché dura l'episodio non c'è nessuna vergogna, c'è euforia; la vergogna si presenta dopo, quando torna la testa lucida e ti tocca riconoscere come tuoi degli atti che non riconosci. La mania non ti scopre desideri nascosti: te li fabbrica e te li deforma, come fabbrica acquisti impossibili e progetti da salvatore del mondo che a nessuno viene in mente di prendere per la verità profonda di nessuno.

Ecco, e adesso mettilo insieme: quando la mania mi faceva partire quel motore, il motore andava dai tredici anni su una corsia fatta su misura. È lì la mis-

cela, ed è lì il motivo per cui non l'ha vista nessuno. Se per tutta la gente intorno quello che un uomo fa a letto viene da com'è quell'uomo, allora, il giorno in cui quell'uomo si rompe, quello che si è rotto non sembra una malattia. Sembra il suo carattere. Io erano quindici anni che coprivo con il corpo quello dei tredici anni e quello di mio padre, e a quella roba hanno finito per dare il nome di mio modo di essere. Un sintomo non è un'identità. La persona che fuori dall'episodio sceglie, ha cura e si riconosce in quello che fa non viene smentita da quello che la mania ha fatto con il suo corpo: risponde di quello che è suo, ma non si definisce con quello. Ci ho messo vent'anni per riuscire a scrivere quella frase senza che mi resti di traverso.

E di tutta quella roba mi è rimasta un'altra cosa, e non è una sciocchezza. Io mi mordo dentro la guancia. Sempre dallo stesso lato, sempre nello stesso punto, fino a ridurla a carne viva. Lo faccio da quando ho tredici anni. Da quella roba. E non mi è mai passato. Le donne con cui ho vissuto me l'avranno beccato mille volte e non ci hanno dato importanza, tra le altre cose perché non gliela davo nemmeno io: un'altra delle mie stranezze. Oggi so quando si presenta. Si presenta con i pensieri intrusivi. E si presenta anche nella calma, sul divano, guardando una serie con Laia, senza nessun motivo e senza che io decida niente. Me ne accorgo quando è già un po' che lo sto facendo. Che cosa sia esattamente, ancora non lo so. Ce l'ho segnato per chiederlo alla mia psichiatra: se è un tic, se è un modo di assentarmi da dove sono, o se è un'altra cosa ancora. L'unica cosa che ho chiara è che un bambino di tredici anni ha cominciato a farlo per qualche motivo, e che quel bambino sono ventotto anni che lo fa dentro un uomo di quarantuno che quel motivo non se lo ricorda più.

Capitolo 4 • Il parlatorio

La prima volta che ho visto in diretta uno di quegli orrori che fermano il mondo intero, io stavo su un traghetto, con mio padre, con mio fratello Gabriel e con la stiva che ci teneva la macchina carica di hashish. Gabriel veniva a quei viaggi come me, ma lui non sapeva niente di niente: ha quasi quattro anni più di me, e quella roba per lui erano vacanze, e meno male che lo sono state. Nella tele della nave, che andava con l'antenna e si vedeva malissimo, tutta neve e interruzioni perché eravamo in mezzo al Mediterraneo, si vedeva bruciare quella cosa e si vedeva ripetersi una volta dopo l'altra. E io ho capito che cosa significava. Non so da dove mi sia uscito, ma l'ho capito, con quella sensibilità strana che ho sempre avuto per le disgrazie collettive e che mi ha accompagnato poi in tutte quelle venute dopo, una per una, senza saltarne nessuna: mi sono entrate tutte fino in fondo.

E quello che ho fatto io quel giorno, mentre succedeva quella cosa, è stato chiudermi nel bagno della nave, prendere lo scopino del water e succhiarmelo mentre mi masturbavo.

Era quello che quegli uomini mi avevano lasciato dentro. Era quello il mio stato da ragazzino, su una nave, con mio padre e mio fratello dall'altra parte della porta, a dieci metri e con il mondo che bruciava su uno schermo. Lo racconto perché va raccontato, e perché oggi ho il nome di quello che era e allora non ce l'avevo: è una conseguenza documentata dell'abuso sessuale nell'infanzia. A un bambino a cui infilano dentro la sessualità prima del tempo e con la forza, quella sessualità gli resta saldata alla degradazione, e nell'adolescenza la faccenda torna sotto forma di comportamenti compulsivi, autodegradanti, senza nessun rapporto con il desiderio, che scattano quando c'è stress e che il ragazzo non capisce nemmeno mentre li sta facendo. Una minaccia su scala mondiale, vista in diretta, accende al corpo il sistema d'allarme; e in qualcuno con quella storia alle spalle, l'allarme esce dall'unico condotto che gli hanno aperto con la forza a tredici anni. Non c'è perversione e non c'è scelta. C'è un sintomo che fa l'unica cosa che gli hanno insegnato a fare. E se ho deciso di raccontare questa

cosa, è perché ce ne sono di peggiori che ho deciso di non raccontare. Chi lo deve sapere lo sa già.

Qualche mese dopo sono venuti a prendere mio padre. Era da un pezzo che stavano dietro alla scia dei soldi e dei telefoni, e alla fine gli è caduto addosso il peso intero dell'hashish. Narcotraffico. Custodia cautelare. Io da quando avevo otto anni attraversavo frontiere dentro quella macchina, e all'improvviso, in un giorno, sono spariti da casa la macchina, i viaggi e l'uomo.

E allora sono cominciati i colloqui, che è la parte che non racconta mai nessuno. Aspettare fuori, la fila, il controllo, e una volta dentro un parlatorio, un vetro sporco e una cornetta. Mio padre a un palmo e senza poterlo toccare. E quella non è una brutta giornata: quelli sono mesi, e si ripete alla stessa ora, con la stessa fila e con la stessa borsa. Andavamo mia madre, Sonia e io. All'epoca io non sapevo niente del giuramento che mia madre si era fatta venticinque anni prima in una fila identica, con Sonia nella pancia; quello l'ho saputo molto dopo, leggendo lei. E mio padre l'avevano messo nella sezione dove tenevano quelli che stavano come lui, imbottito di farmaci per forza, con quello sguardo di chi non distingue più bene da che parte del reale si trova, e ogni settimana un po' più lontano da se stesso. Vedere tuo padre in una gabbia ufficiale, trasformato in un fascicolo con un numero, drogato perché l'ha deciso un altro, mi ha lasciato addosso un terrore di quelli che non si ragionano verso la psichiatria e verso le istituzioni, e ci ho messo vent'anni a riuscire a guardarlo in faccia.

Di quegli uomini del capitolo precedente ce n'è uno a cui devo dedicare uno spazio a parte, perché non entra nello stampo degli altri e perché, proprio per il fatto di non entrarci, ha fatto un danno diverso, più sottile e molto più duraturo. Lo chiamerò Sergio. Un uomo che aveva il doppio dei miei anni e che lavorava in un ufficio. Io ne avevo quindici. Veniva a prendermi a casa con la sua macchina, ce ne andavamo negli spiazzini di periferia e lì ci andavano via le ore. Ed è qui che si distingue dagli altri: in quelle ore non c'era solo sesso. C'era conversazione. Mi chiedeva della mia vita, mi ascoltava, dava l'impressione che gli importasse di quello che mi stava succedendo. Ci baciavamo a lungo (e sì che a me baciare un uomo non è mai piaciuto, ma quello lo mettevo da parte perché a lui piaceva e perché, per la prima volta, avevo la sensazione che ci fosse qualcuno). È stata la cosa più simile a una storia che ho avuto in tutta l'adolescenza, ed è lì la barzelletta nera di tutto questo. Lo lascio scritto come l'ho vissuto allora, anche se oggi lo so leggere con il manuale accanto: quello che io sentivo come affetto, e che era la cosa più vicina all'amore che un ragazzo solo potesse

immaginarsi, era il meccanismo dell'abuso che funzionava con la precisione di un orologio. Un uomo adulto non diventa tenero con un ragazzino di quindici anni per amore. Diventa tenero perché il ragazzino non se ne vada. E quella mia omosessualità di allora, che per tanti anni mi ha tenuto nella confusione, non era un orientamento: era un adolescente rotto e solo, violentato da uomini più grandi, che si aggrappava all'unico affetto che aveva a portata di mano, anche se arrivava avvelenato.

E un giorno è sparito. Da oggi a domani, senza una parola né un avviso. Ha smesso di rispondere al telefono, mi ha bloccato e mi ha tolto di mezzo come si cancella un file che dà fastidio. Parecchi anni dopo ho messo insieme i fili, che è l'unica cosa che so fare: aveva una relazione mentre stava con me, e la cosa più probabile è che lei o lui abbia visto un messaggio e che lui abbia tagliato di netto per salvarsi la sua vita ordinata di adulto con un segreto. Ma io, a quindici anni, a quell'analisi non ci arrivavo neanche da lontano. Io avevo il buco e basta. È stato uno dei miei primi abbandoni, e da quello sono usciti tutti quelli che sono venuti dopo.

Così quell'anno è caduto tutto addosso alla stessa persona, e in quest'ordine. L'uomo è sparito di colpo. Mio padre è entrato in carcere. E io ho smesso di mettere piede a scuola e sono rimasto chiuso in casa, con una madre schiacciata dalla faccenda del marito che non aveva la forza di tirarmi giù dal letto di peso ogni mattina. Da lì è uscita la mia prima depressione, quella che mi hanno curato con le flebo e che nella cartella clinica compare quasi come un'annotazione amministrativa, con la sua data accanto. La causa non compare in nessun riferimento.

Mi hanno portato da uno psicologo. Lo stesso, tra l'altro, che mi aveva visto a otto o nove anni e che mi aveva fatto un test d'intelligenza in cui era venuto fuori un quoziente di centoquaranta, che resta lì agli atti, non vorrei che poi si dicesse un'altra cosa. Adesso ne avevo sedici ed ero a pezzi, e mi ha ricevuto con mia madre seduta accanto, nella stessa stanza, per cui aprirmi era impossibile. Degli abusi non ho tirato fuori mezza parola, e non è stato per mancanza di occasione: è che per me quella roba non erano abusi. Io ce l'avevo archiviata in testa come un'iniziazione sessuale, chiusa, sigillata con la ceralacca, e mi faceva una vergogna da morire parlarne con qualcuno. E qui c'è un veleno di cui non parla nessuno e che devo dire con tutte le lettere, perché se no non si capisce niente di tutto questo: il veleno è aver provato piacere in qualcosa che oggi uno ripudia. Perché c'è stata attenzione. Ci sono stati regali. Ci sono stati, per la pri-

ma volta nella mia vita, adulti che mi ascoltavano. E il corpo di un ragazzino risponde a quello a cui risponde il corpo di un ragazzino, e poi quel ragazzino passa mezza vita convinto di aver fatto qualcosa, o di aver partecipato, o che gli sia piaciuto. E invece no. Io avevo tredici anni e non avevo né la capacità legale né la maturità per acconsentire a niente di tutto quello. Punto. Loro erano uomini adulti e sapevano benissimo che cosa avevano per le mani.

Quello che invece ho raccontato allo psicologo è che stavo male perché non avevo una ragazza. Che io quello che volevo era una ragazza, come chiunque. E lo psicologo mi ha sparato una frase che ci ho messo mezza vita a decifrare: che non era perché ero grasso. Che quello che cercavano le ragazze della mia età era un ragazzo che ci fosse per loro, che le ascoltasse, che le amasse. Che quello che volevano era essere amate. In quel momento non l'ho afferrato, chiaro, avevo sedici anni e la testa da tutt'altra parte. L'ho afferrato parecchi anni e parecchie fatture più tardi. Buon consiglio, quello dell'uomo. Il guaio è che sono state due sedute ed è finita lì. Perché quello che si è concluso lì è che la depressione era logica: con il padre in carcere e il ragazzo fuori dalla scuola, che cosa si aspettavano. E fin lì è arrivata l'analisi. Due sedute e in strada.

In quello studio ci sono state due cose che non ha visto nessuno, e tutte e due stavano sul tavolo. Uno: sulla sedia c'era un ragazzo di sedici anni, depresso, il cui padre aveva la diagnosi di questa malattia ed era imbottito di farmaci per forza nella sezione di un carcere. E una depressione nel figlio adolescente di un uomo che ha questa cosa è, né più né meno, il modo più classico che ha questa malattia di presentarsi. In più della metà dei casi il primo episodio non è una mania: è una depressione, nell'adolescenza o poco dopo, identica a qualunque altra depressione, finché anni dopo arriva la prima salita e tocca rileggere tutto all'indietro. Il padre in carcere nell'analisi c'è entrato; quello che il padre aveva, no. Con quella sola domanda, il nome della mia roba sarebbe stato su quel tavolo diciassette anni prima di quando me l'hanno dato. E due: avere un padre in carcere è una delle dieci esperienze avverse dell'infanzia che oggi si misurano in mezzo mondo, da uno studio di quasi trent'anni fa fatto su migliaia di persone. È la meno frequente delle dieci, e per questo è anche quella su cui si fanno meno domande. I figli dei detenuti hanno quasi il doppio dei problemi di salute mentale rispetto agli altri bambini, e circa uno su sette soddisfa i criteri del disturbo da stress post-traumatico. Uno su sette. Io questo non lo sapevo. E nessuno ha chiesto che cosa ci facesse un ragazzo di sedici anni nella fila di un parlatorio, né che cosa gli resta dentro quando vede suo padre intontito dall'altra

parte del vetro. A un ragazzo a cui dicono che la sua depressione è logica non gli curano la causa: gli certificano lo stato d'animo.

Quello è stato il primo professionista che mi ha avuto davanti e non l'ha visto. Non è stato l'ultimo.

Capitolo 5 • L'esimente

Mio padre l'hanno rimesso fuori per un'esimente. Lo dico con la parola degli avvocati perché è quella che mi è rimasta attaccata a sedici anni ed è quella che mi è toccato risentire, con un'altra faccia davanti, vent'anni dopo. Un'esimente è questo: un tribunale accetta che l'uomo che ha davanti ha fatto quello che ha fatto con una malattia dentro, che la malattia decideva per lui, e che quindi non lo si può punire come si punisce un uomo intero. Gliel'hanno spiegato. L'hanno accettata. Gli hanno aperto la porta. E lì è finito tutto.

Io avevo sedici anni quando l'ho visto entrare e quando l'ho visto uscire, e in tutti e due i viaggi ero dentro la macchina. Del primo ho già raccontato quello che c'è. Del secondo mi ricordo meno di quanto dovrei, e ho una spiegazione che oggi mi serve e allora no: quello che è tornato a casa quel giorno non era l'uomo che se n'era andato. Era l'ombra. Gli stessi vestiti, lo stesso modo di sedersi in macchina come se il sedile fosse suo, e dentro niente. Il carcere ha finito di spezzarlo. E quello che gli hanno dato all'uscita è stato esattamente quello che aveva all'entrata: niente in mano. Né una terapia che reggesse, né uno psichiatra che lo seguisse, né qualcuno che si sedesse con lui, o con noi, a spiegarci che cos'aveva. Gli hanno riconosciuto la malattia per lasciarlo uscire e l'hanno restituito alla strada con quella dentro.

Ed è lì la cucitura di cui è fatto questo libro. La legge prevede che cosa si fa con una persona a cui si riconosce che non era padrona dei propri atti per via di una malattia: al posto della pena, cura, controlli, a volte un ricovero; qualcosa che regga il motivo per cui le si è risparmiata la pena. A mio padre non gli hanno messo né l'una né l'altra cosa. Il sistema gli ha guardato la malattia con la lente il tempo giusto per decidere che cosa fare del fascicolo, e appena il fascicolo è stato chiuso la malattia ha smesso di interessare a chiunque. È questo che voglio si capisca, perché tornerà: che le istituzioni riconoscono che uno è malato quando gli torna comodo per rimetterlo fuori, per archiviare, per levarselo di torno, e sono perfettamente incapaci di riconoscerlo quando farlo le obbligherebbe a qualcosa. La malattia, per loro, è una pratica. Mio padre è uscito di lì

con un'esimente e con un disturbo bipolare non curato, e delle due cose solo una avrebbe continuato a funzionare, e non è stata quella che portava il timbro del tribunale.

E c'è una simmetria che mi costa scrivere. A lui la malattia gliel'hanno riconosciuta per rimmetterlo fuori e poi l'hanno lasciato solo con quella. A me, quasi vent'anni dopo, quella stessa malattia me l'hanno messa su una carta intestata, e anche così è toccato combattere grado per grado perché qualcuno si sedesse a leggere quella carta. Tutti e due con la stessa cosa dentro e con lo stesso cognome. E dei due, quello che ha finito peggio è stato quello che se n'è andato lontano da casa a morire in campagna.

E quella roba mi ha lasciato addosso per sempre la paura delle istituzioni. Non un'idea che uno ha né un'opinione che si può discutere a cena: una risposta che tira fuori il corpo e che non aspetta che uno pensi. Quando a trentatré anni mi hanno messo in un reparto chiuso, la mia testa non stava in quel reparto: stava davanti a quel vetro. Non serviva essere Freud per sapere da dove veniva il panico. Bastava, semplicemente, aver letto la mia cartella, che stava lì sul tavolo.

E poi ci sono le buste, i campanelli e le divise. Una busta nella cassetta della posta con una finestrella e un'intestazione. Un campanello che suona a un'ora in cui non aspetto nessuno. Una divisa sul marciapiede di fronte, che non viene a prendere me né nessun altro, che sta lì in piedi a guardare il telefono. Una qualunque di queste tre cose mi ferma il corpo per un secondo, mi alza il battito e mi mette nella bocca dello stomaco un ragazzo di sedici anni in fila con una borsa. Un secondo dopo so già che la busta è della banca e che la divisa sta aspettando un collega. Ma quel secondo non lo controllo io. Lo controlla un'altra parte del cervello che ha imparato molto presto una cosa molto semplice: che l'autorità poteva venire a prenderti, e che quando veniva, si portava via qualcuno.

E con quella paura sotto ho fatto, qualche anno dopo, una cosa che oggi mi fa ridere e allora mi sembrava una via d'uscita: mi sono messo a preparare il concorso per entrare in polizia, con la donna con cui stavo allora, Patricia, che mi appoggiava. L'ho mollato subito, appena mi sono accorto che, con quello che mi trascino addosso riguardo all'autorità, con quei vestiti addosso nella vita non sarei stato felice, e che c'era una commedia nera piuttosto raffinata nell'idea di vestirmi con la divisa che mi faceva panico perché smettesse di farmelo. Per

capire da dove veniva quella paura mi mancavano ancora quindici anni e un bel po' di ricoveri.

E mi ha lasciato, nella direzione contraria a quello che chiunque penserebbe di un ragazzo cresciuto seduto sopra l'hashish, un terrore della legge che ha fatto di me il cittadino più ligio che conosco, di quelli che pagano fino all'ultima tassa. Mio padre ha passato la vita dall'altra parte di quella riga, prima come autista della banda e poi nell'hashish. A crescermi è stato il sapere quanto costa quella roba, e il corpo l'ha messo a verbale senza consultarmi. Un paio di volte mi sono arrivate proposte di spacciare, di fare soldi facili di quelli veri, e tutte e due le volte ho risposto di no sul momento, per quel motivo esatto e per nessun altro.

E la cosa non si ferma alle scartoffie. La roba degli altri non l'ho mai toccata. Neanche una volta. In un negozio di souvenir non sono capace di mettermi in tasca una calamita da frigo, quel furtarello da niente che mezzo mondo ha fatto almeno una volta e che nessuno si ricorda il giorno dopo. Io non ci riesco. E lo dico con l'autorità di uno che è passato per la mania, per l'ipomania, per l'essere fatto e per avere il giudizio ridotto in macerie, che è la situazione in cui uno fa letteralmente quello che gli pare: nemmeno così. In questo libro uscirà tutto quello che ho fatto da malato, e la faccenda di prendere quello che non è mio non esce, perché non è successa. Per questo mi brucia così tanto come ha finito per girare la storia: ho passato la vita intera a scappare dall'ombra di mio padre a forza di essere il più in regola della fila, e quello che alla fine mi ha fatto sedere in un tribunale non è stata l'avidità, e non è stata la malafede. È stata la salute.

Capitolo 6 • Lo spiazzo

Avevo vent'anni quando mio padre è morto.

Erano mesi che non prendeva il litio. E attenzione, non lo buttava: lo metteva da parte. È questo che bisogna capire di quell'estate, e a me sono serviti anni per riuscire a guardarlo in faccia. Un uomo con la diagnosi addosso, che nessuno aveva seguito da quando era uscito, ha lasciato la pastiglia che lo reggeva e l'ha messa via, dose dopo dose, in qualche angolo della casa, finché non ha messo insieme la quantità che cercava. Poi è sparito. E l'ultima notte, prima di andarsene, mi ha messo una mano sulla spalla e mi ha detto una frase che allora mi è suonata come un'altra delle sue stranezze e che oggi leggo per quello che era:

—Prenditi cura di tua sorella.

Ci hanno messo quasi due mesi a trovarlo. Io quell'estate l'ho passata come si passa un'estate a vent'anni con un padre scomparso che era già sparito altre volte: aspettando e non aspettando allo stesso tempo. Vivevo in un appartamento condiviso del paese in cui mi ero trasferito per avere più vicina Marta, una ragazza del mio giro che tra qualche anno si mangerà mezzo romanzo, e la sera in cui è suonato il telefono di mia madre io mi stavo vestendo per andare a far festa con quelli dell'appartamento nella zona dei locali. L'avevano trovato lontano da casa, in uno spiazzo sul monte, dietro certe rocce. Ho riattaccato, sono salito sulla mia macchina da sbruffone e sono partito bruciando le gomme, con quasi un pacchetto di sigarette fuso in un tragitto di tre quarti d'ora che ho fatto in meno di trenta minuti. Dovevo arrivare da mia madre e da mio fratello Gabriel, e la strada mi sembrava lunghissima.

All'obitorio la medica legale è stata chiara con me, e ancora oggi gliene sono grato.

—Non entri. Basta il portafogli.

Il portafogli era impregnato di un grasso che a quel punto non era più grasso, e dentro c'era il documento d'identità, e con quello l'identificazione era risolta. Mi ha detto che lei non voleva (lei, come se la cosa la riguardasse, e in un certo senso l'ha riguardata) che io mi tenessi quell'immagine di mio padre. Le ho dato

retta. E le ho dato retta perché avevo chiarissimo che cosa c'era dall'altra parte della porta: a vent'anni io avevo già visto, in quei siti gore che giravano allora e che pubblicavano senza tagliare niente quello che le televisioni non facevano vedere, cadaveri in decomposizione fotografati sul posto, e sapevo in che stato sarebbe stato mio padre dopo due mesi al sole con una precisione che nessun ragazzo di vent'anni dovrebbe avere. Era secco come uno stoccafisso. Quella parola sono vent'anni che provo a togliermela di dosso, e la scrivo qui per vedere se se ne va. Un corpo all'aperto, in un'estate secca e con il sole a picco, attraversa delle fasi che la medicina legale ha descritto e che uno studio di decenni fa ha misurato su centinaia di casi: prima si gonfia, poi si decompone, se lo mangiano gli insetti e alla fine, se l'aria è secca e il sole picchia, quello che resta si mummifica e la pelle rimane conciata sopra l'osso. Otto settimane è stato lì mio padre. Quando l'identificazione si fa con un documento invece che con una faccia, è perché non resta nessuna faccia da riconoscere. In un momento che non riesco a collocare, mia sorella mi ha fatto vedere quel portafogli; quello che mi è rimasto è quello che ho sentito nel vederlo. Non sono entrato. Di tutte le decisioni di quel mese è una delle pochissime di cui dopo sono stato grato, perché grazie a quella non me lo ricordo così.

In questa famiglia i funerali arrivano con la polizia inclusa. Mio padre l'hanno arrestato il giorno in cui abbiamo seppellito mia nonna, che era sua madre, perché sanno benissimo che a una cosa così un figlio non manca e sfruttano il dolore per mettere le mani su quelli che sono latitanti. C'erano agenti in borghese mescolati tra la gente, e se lo sono portato via ammanettato davanti a tutti. Prima gli hanno lasciato abbracciare mia madre per salutarla, e lui ha usato l'abbraccio per infilarle nella tasca del cappotto i suoi documenti falsi, che erano esattamente la cosa che non gli potevano trovare addosso. Io ero molto piccolo e di quella roba non mi ricordo. Lo so perché lo racconta lei, che è rimasta lì con quelle carte strette in tasca, che le bruciavano nella mano, mentre si portavano via suo marito. Al funerale di mio padre, invece, non è più venuto nessuno a prenderlo. C'eravamo noi e nessun altro.

È stato devastante per tutti tranne che per me, e questo va spiegato. Sonia gli aveva scritto un testo. Solo lei è capace di scrivere una cosa così, iperemotiva ed esatta allo stesso tempo, perché mia sorella ha una sensibilità e una testa che non abbondano. Il fatto è che leggerlo non ce la faceva. L'ho letto io, rivestito di una solennità finta che mi ha retto quasi fino alla fine; nelle ultime righe c'è mancato un niente che mi spezzassi. Non mi sono spezzato. Ho tenuto la faccia

intera. A vent'anni quella cosa sembrava forza, e più tardi ho capito che era un'altra cosa, e che quell'altra cosa si finisce per pagarla a rate e con gli interessi.

Di quel giorno mi restano una porta e delle braccia. Marta non si è fatta vedere. Ci eravamo conosciuti nel gruppo giovani di una chiesa, dove c'era dentro anche mio fratello, e a presentarci è stata Vanessa, che a quel tempo era la mia ragazza. Eravamo tutti dello stesso giro e quel pomeriggio sono venuti tutti, perfino il fratello di Marta con la sua ragazza. Lei no. E il motivo ce l'eravamo fabbricato in due: la nostra storia era partita con me che lasciavo Vanessa per lei, e dopo, mentre già stavo con lei, Vanessa è venuta a cercarmi e io sono andato a letto con Vanessa. Marta l'ha saputo dal gruppo e mi ha lasciato, quindi presentarsi a quel funerale, con Vanessa lì davanti e tutta la chiesa a guardare, era semplicemente impossibile. Non gliel'ho mai rinfacciato, né in quel momento né dopo: le corna le ho messe io e le circostanze le avevamo messe in due. Lo lascio scritto perché un ragazzo che sorveglia la porta di una camera ardente per vedere se entra qualcuno è un'immagine che sono vent'anni che non riesco a mollare, e perché quella porta è rimasta chiusa molte altre volte. E in quella stessa camera ardente c'era Vanessa, l'unica mia compagna che abbia conosciuto mio padre da vivo. Mi ha abbracciato ed è rimasta con me tutto il pomeriggio. Non lo scrivo per dare un voto a nessuno. Lo scrivo perché di quel giorno mi sono portato via quello: una porta che ho guardato da cima a fondo e delle braccia che invece c'erano.

Non ho chiesto il permesso per lutto, pur potendo chiederlo. Il giorno dopo ero di nuovo in ufficio a lavorare, come se la faccenda del corpo secco e quella del testo letto ad alta voce fossero capitate a qualcuno di un film che ho visto una volta. Quello che facevo era uscire di notte, comprare una bottiglia in qualunque posto avesse la serranda alzata e restare ore a camminare o seduto su una panchina, bevendo quel tanto che bastava perché i pensieri si ammorbidissero senza andarsene del tutto. Quella è stata la prima volta che ho usato l'alcol per gestire una cosa che non sapevo gestire in nessun altro modo. L'alcolismo vero sarebbe arrivato anni dopo e ha i suoi capitoli; ma è su quelle panchine che ho scoperto a che cosa serviva: ad avvolgere nel cotone una cosa che, toccata a mani nude, non si poteva toccare.

E non ho chiesto niente. È questa la parte che ancora mi costa. Non ho chiesto da quando aveva lasciato le pastiglie, né dove le teneva nascoste, né se se n'era accorto qualcuno, né perché fosse andato così lontano, né che cosa avesse

fatto nelle sue ultime ore. Né a mia madre, né a mia sorella, né a nessuno. Un ragazzo di vent'anni che sapeva a memoria l'intero processo di decomposizione di un corpo e che non è stato capace di formulare una sola domanda sulla decomposizione di un uomo. Quelle domande me le faccio adesso, con le risposte già scritte nella mia cartella clinica, e me le rispondo da solo.

Perché tocca nominare la cosa più dura di tutta questa storia, e qui non ci sta neanche mezza battuta: il disturbo bipolare uccide. E non lo dico come figura retorica. Ha uno dei tassi di suicidio più alti di tutta la psichiatria, molto sopra a quello della gente che non ce l'ha, e non lo metto qui per fare paura a nessuno ma perché si capisca una volta per tutte che la terapia non è un capriccio né un'etichetta di moda. L'idea di farla finita non compare come la conclusione ragionata di qualcuno che ha pesato la propria vita su una bilancia e ha deciso che non conviene. Compare come un sintomo. Il polo di sotto di questa malattia non ti rende triste: ti inganna. Ti mette in testa, con il tono di chi sta dicendo una verità matematica, che niente di tutto questo si può aggiustare, che non c'è nessuna porta d'uscita, che i tuoi starebbero meglio senza di te tra i piedi. E lo fa con lo stesso meccanismo con cui la mania ti convince di essere un dio: intervenendo proprio sull'organo con cui si decide se una vita valga la pena. Mio padre non si è arreso perché era debole né perché era egoista. Gli si è spento il giudizio nel minuto peggiore possibile, mentre era solo e senza nessuno vicino. Quella voce, quando arriva (e arriva), si spegne in due modi soltanto, e tutti e due bisogna averli messi al loro posto prima, come si mette un estintore al muro: sapere che è la malattia a parlare e che sta mentendo, e non restare da solo con lei, dirlo a qualcuno, che è esattamente quello che la voce non vuole che tu faccia ed esattamente quello che va fatto. E c'è un'altra cosa che allora non sapeva nessuno, e io meno di tutti: perdere un padre per suicidio non è un lutto come gli altri. La gente non sa che cosa dirti, quindi non dice niente, e in quel vuoto i figli hanno punteggi più alti di vergogna e di colpa e hanno, ed è misurato, più rischio di finire ricoverati e di ripetere il gesto. In quel gruppo ci sono entrato io a vent'anni, con la sua malattia nei geni e senza avere la minima idea di niente.

E chi legge tutto questo senza averlo conosciuto si terrà la metà peggiore di un uomo che è stato moltissimo di più. Mio padre è stato un padre affettuosissimo. Ci ha voluto bene con un'intensità che oggi capisco meglio di allora: si faceva in quattro, ci dava di tutto fino a esagerare, e quel suo modo di dare aveva dietro un motivo che fa pena appena lo si capisce, ed è che ci stava dando quello che a lui era mancato in un dopoguerra in cui non c'era niente. Da lì gli veni-

va anche l'altra cosa, l'accumulare, perché ha finito per tenersi tutto, e quella oggi sta nei manuali con il suo nome e allora era semplicemente che tuo padre non butta via niente. E adesso la conclusione di fondo, che mi è costata quarant'anni per riuscire a dirla ad alta voce: la sua roba è stata peggio della mia. Questa cosa non è andata salendo da una generazione all'altra come racconta la favola delle eredità maledette, che fa una figura bellissima ed è una bugia. È andata scendendo. Il mio quadro è meno profondo del suo, e per di più io ho quello che lui non è mai arrivato ad avere: il nome, la spiegazione e gente intorno che sa che cosa succede quando qualcuno lascia il litio.

Lui aveva questo cervello e questa stessa scatola di pastiglie, e una notte ha deciso che bastava così. Io mi ingoio il sale due volte al giorno, e ogni volta che c'è da spezzarla chiamo mia madre. È tutta qui la distanza che c'è tra morire in un campo a sessantasei anni e stare qui a scrivere questo. Non c'è un terzo atto.

Capitolo 7 • Il corpo

Fino ai dodici o tredici anni ho studiato in una scuola privata di quelle care, che mio padre pagava con i soldi della droga, e con questo dettaglio si spiega mezzo paese. Lì mi avevano affibbiato il soprannome di enciclopedia ambulante, per la quantità di libri che mi ingoiavo, ed ero un bambino obeso, e quello pesava, mai detto meglio, anche se pesava parecchio meno del far ridere tutta la classe. Avevo degli amici. Mi volevano bene. Poi sono arrivate la separazione, il trasloco e il salto in una scuola pubblica, e quel cambio si sente alla prima ricreazione del primo giorno. L'erudizione che nella scuola privata si ammirava, in quella pubblica è stata letta come spocchia; il sovrappeso, che lì si tollerava, qui è diventato la battuta di ogni mattina; e l'enciclopedia è diventata quel presuntuoso a cui bisognava far abbassare la cresta, con il suo vuoto alle ricreazioni e certi soprannomi che ancora oggi preferisco non mettere per iscritto.

Ed è in quel momento che è comparsa lei. Era di quelle che a quattordici anni prendevano già sul serio qualcosa: si alzava ad allenarsi quando gli altri dormivamo ancora, con la disciplina di chi sa che in quella roba non si può improvvisare. Il suo nome non me lo ricordo, e non è un'eleganza da narratore: la memoria si è tenuta la ferita e ha cancellato la firma. È stata l'unica persona di tutta la scuola che si sedeva accanto a me, che mi parlava alle ricreazioni, che mi difendeva. E, come succede con qualunque affetto che arriva mentre uno sta affogando, mi sono innamorato di lei con la fissazione totale dell'adolescente che non vuole nessuno e che all'improvviso qualcuno invece vuole. A casa sua suo padre non la trattava bene, e in una di quelle passeggiate in cui due adolescenti sistemano il mondo prima di merenda mi ha raccontato il suo piano sognato: andarsene a casa di una zia, in una provincia lontana. Lontano dal padre e lontano da tutto. E il piano abbiamo finito per costruircelo insieme.

Una mattina qualsiasi abbiamo fatto finta di andare a scuola, abbiamo preso un autobus urbano fino alla stazione, abbiamo fatto due biglietti per la provincia della zia e ci siamo seduti vicini. Io le portavo un regalo: un ciondolo che avevo scelto tra quelli di mia sorella, che è il tipo di gesto romantico e un filo crimina-

le che uno commette solo a quattordici anni. Quando l'autobus si è lasciato indietro la città, ho sentito per la prima volta dopo tanto tempo qualcosa che somigliava alla libertà. Quello che io non sapevo era che lei l'aveva raccontato a un po' di gente della classe; non per tradirmi, immagino, ma per quel bisogno adolescente che qualcuno sappia che stai per fare qualcosa di grande. Quelli della classe l'hanno detto ai professori quando hanno fatto l'appello, i professori hanno chiamato a casa e la catena di comando ha funzionato con una precisione ammirevole, l'unica precisione ammirevole di tutta la mia carriera scolastica. Suo padre, il padre da cui lei stava scappando, ha preso la macchina, ha raggiunto l'autobus in strada e ha fatto segno all'autista. L'autobus si è accostato. L'uomo è salito, ci ha fatto scendere tutti e due senza alzare la voce e ci ha infilati nella sua macchina. Cinque o sei ore di ritorno. Io dietro, zitto, con la faccia attaccata al finestrino senza vedere niente; lei davanti, che rispondeva a monosillabi; e lui che guidava senza buttare nemmeno una volta l'occhio allo specchietto, come se sul sedile di dietro non viaggiasse nessuno. Quell'indifferenza ha umiliato più di qualunque urlo. Mi ha lasciato davanti al portone di casa mia e non mi ha detto niente. Nemmeno lei mi ha salutato. E non mi ha più rivolto la parola in vita sua: neanche un ciao in corridoio, né uno sguardo, né una spiegazione. È stato il primo blocco che mi hanno fatto, vent'anni prima che quella parola significasse quello che significa oggi.

Quello che si è rotto su quel sedile posteriore non si è aggiustato a forza di punizioni. Ho cominciato a saltare le lezioni, mattinate intere buttate nei parchi e nelle biblioteche di quartieri che non erano il mio, e quando mio padre è entrato in carcere ho smesso di andarci del tutto e mi sono chiuso in casa con i computer. È in quella stanza che sono arrivato al numero peggiore della mia vita su una bilancia.

Da lì è uscito, passando per una sala operatoria, il corpo di cui tocca parlare adesso. Da adolescente mi hanno operato per dimagrire (è stata una decisione di mia madre che io ho firmato a occhi chiusi, perché qualunque cosa mi tirasse fuori da quella reclusione mi andava bene), e in meno di un anno ho perso più della metà di quello che pesavo. Ed ecco il dettaglio che non compare mai in nessun prima e dopo: quando si perde quella roba a quella velocità, la pelle non torna al suo posto. Resta lì a penzolare. E quella si toglie in sala operatoria. La chiamano chirurgia estetica e il nome inganna, perché è chirurgia maggiore: anestesia generale, drenaggi che ti penzolano dal corpo per settimane e un dolore che non ti lascia nemmeno tirarti su da solo. Sono state diverse operazioni, e

a diciotto anni. Vado ancora in giro pieno di cicatrici che mi hanno messo addosso prima che avessi l'età per votare.

Quel corpo nuovo aveva bisogno di un posto dove scaricare l'energia che all'improvviso gli avanzava. Ho trovato la palestra dei pesi. Poi il powerlifting. Poi la pesistica. Un curriculum da palestra impeccabile, e quello che c'era sotto: vigoressia, la stessa compulsione che mi aveva messo in ordine l'adolescenza, adesso dedicata a fabbricare muscoli, un altro tentativo di scrivere sopra un corpo che altri avevano preso senza chiedere permesso. Per strada mi sono preso il titolo della scuola dell'obbligo in un centro per adulti, sono entrato come stagista in un'azienda di informatica, mi hanno assunto a tempo indeterminato e, con i primi stipendi veri, mi sono comprato la macchina che sognavo da mezza vita, una macchina da sbruffone che, sommata a quel corpo, mi ha aperto un altro mondo: di colpo ero uno che le donne guardavano e che gli uomini rispettavano. Mezza vita ad aspettare quel film e me l'hanno proiettato tutto d'un fiato.

E adesso quello che di quegli anni conta davvero, che è quello che mi sarebbe piaciuto che qualcuno mi spiegasse allora. In tutto quel tratto, con Patricia (la relazione stabile dei miei vent'anni, una donna del mio paese con cui ho fatto una vita ordinata di quelle vere), io non prendevo assolutamente niente. Né farmaci, né diagnosi, né terapia. La malattia me la portavo già dentro, gli abusi erano già successi, mio padre era già sepolto, tutte le pedine del rischio erano già piazzate sulla scacchiera. E anche così sono stato stabile per anni. E per giunta fedele, che nella mia biografia è un dato clinico prima che una virtù. Perché? Perché senza averne la minima idea stavo facendo esattamente quello che oggi si prescrive: il ritmo. Alzarmi sempre alla stessa ora, allenarmi tutti i giorni, mangiare quello che deve mangiare un corpo che si allena, dormire (che il corpo sfinito dai pesi dorme), un lavoro con un orario e una donna che mi aspettava a casa. C'è un'intera terapia costruita sopra questa cosa, e uno studio di vent'anni fa ha misurato che ai pazienti a cui si mettevano in ordine i ritmi sociali, cioè il sonno, i pasti, l'esercizio e l'ora di vedere gente, le fasi ci mettevano molto di più a tornare. Io di quella roba non avevo letto una riga. Io mi allenavo, e basta, e lo sport mi teneva ferma la testa con la stessa efficacia con cui oggi me la tiene il sale, e con un sapore migliore. La prima volta che ho rotto l'abitudine dello sport si è rotto tutto il resto dietro, ma quella cosa ha un capitolo suo. Con i suoi distinguo, ché non voglio vendere un paradiso: bevevo nei fine settimana come beve mezzo paese, e una notte di neve, in paese, qualcuno mi ha buttato nel bicchiere una roba che non so nemmeno che cosa fosse, sono

caduto a peso morto in mezzo alla discoteca e ho passato tre giorni tra la rianimazione e medicina interna dell'ospedale del nord, che è stata la mia prima visita al posto che anni dopo mi avrebbe chiamato per nome. Quella cosa non me la sono cercata io. Gli anni del corpo sono stati gli anni puliti.

E in mezzo a quegli anni, tre dopo lo spiazzo, è ricomparsa Britney. Britney è quello che viene prima di tutto: il mio primo amore, a tredici anni, prima degli uomini di internet. Non siamo mai arrivati a baciarsi; ci siamo tenuti per mano e basta, e quello bastava e avanzava. Ci siamo persi di vista, ognuno è caduto per conto suo nelle mani di adulti che non ci avrebbero mai dovuto toccare, e a ventitré anni me la sono incrociata una sera di festa con mio fratello, appena tornato io da una vacanza che mi aveva lasciato parecchio sregolato. Ci siamo riconosciuti in un secondo. Siamo finiti a casa sua, e quella cosa è durata due settimane scarse e due o tre incontri al massimo. Dentro è stata enorme, perché quello che stava succedendo era la storia dei tredici anni che succedeva un'altra volta. Sesso non ce n'è stato. C'è stato riconoscimento. E una notte mi ha detto che aveva una diagnosi di disturbo bipolare.

Ed è da lì che esce l'ironia che mi mangerò per il resto della vita e che non me la toglie nemmeno il litio: l'ho lasciata per quello. Con mio padre morto da tre anni della stessa cosa. Senza ancora una diagnosi mia. Con Patricia come scusa ufficiale, molto comoda e molto presentabile verso la platea. Il motivo di fondo, che ho avuto il coraggio di ammettere solo anni dopo, era che non mi sentivo capace di farmi carico di una persona con il disturbo bipolare. Ho applicato a lei, nel suo momento peggiore, esattamente lo stigma che io avrei supplicato la gente di non applicare a me appena mi è toccato.

C'è stata una terza volta, e ultima, parecchi anni dopo, con addosso una mania di quelle grosse, e mi sono comportato in modo erratico e distruttivo: quella volta il sesso c'è stato, è risultato molto meno memorabile di quello che proiettavo da quando ero ragazzino, e il degrado di quella storia ce l'ho messo tutto io. E poi è arrivato il dato che ancora non so da che parte prendere: a Britney avevano cambiato l'etichetta con un'altra più gentile, di quelle che non compaiono in nessun manuale e che si possono dire a cena senza che nessuno guardi di sottocchi verso i coltelli. Non ho un'opinione chiusa in proposito: c'è chi festeggia di essersi tolto di dosso una parola che pesa, e c'è chi anni dopo torna all'ambulatorio pubblico con un quadro peggiore di quello che aveva. Quello che invece so è perché una parola ti affonda e l'altra ti fa da ornamento, se tutte e due descrivono una persona simile. Si chiama stigma, e non è un'invenzione

dei sociologi: pesa in chili e si sente appena lo sollevi. La nostra storia è finita per una canzone che avevo composto io in mania e che non avrei dovuto pubblicare da nessuna parte. Lei l'ha ascoltata, me l'ha detto in faccia e mi ha avvisato che quella roba era pericolosa per come stavo io. Ho risposto malissimo, le ho detto di farsi gli affari suoi, e ha tagliato. Non sono più andato a cercarla. Ma il primo amore dei tredici anni quello me lo tengo io.

Di quel ragazzo a cui una macchina e un corpo nuovo avevano fatto credere di essere invincibile non restava, pochi anni dopo, altro che un tizio sui venticinque con quattro lavori perché a casa la barca non andasse a fondo. La macchina l'ho venduta appena ho annusato la crisi. Il corpo mi è durato di più.

Capitolo 8 • Laura

Quella prima estate a Barcelona, con Laura, è stata la più facile di tutte le versioni che avrei potuto essere. Era bella in un modo tranquillo, di quelle che non fermano una strada ma ti fanno girare tre passi dopo, e dentro ancora meglio: leale, colta, con la testa al suo posto, con conversazione per una notte intera, di sinistra di quelle vere. Aveva un'intelligenza pratica che faceva da contrappeso esatto alla mia: mentre io pensavo possibilità, collegamenti e tre progetti insieme, lei pensava conseguenze, scadenze e dettagli concreti. I suoi studi erano già finiti (si è laureata mentre stava con me, poco dopo l'inizio della nostra storia, e l'abbiamo festeggiato insieme); quello che era al primo anno di Storia, a venticinque anni, ero io. Siamo andati a vivere insieme. E ha funzionato, un paio d'anni, senza trucchi e senza inganni.

Di lei mi resta soprattutto un'immagine, e la lascio qui perché vale per tutte le altre: io arrivavo a casa e lei era lì che mi aspettava alla finestra, a leggere. Senza il telefono in mano, senza sorvegliare la strada con l'ansia, senza una domanda pronta. A leggere. Ci ho messo anni a capire che cosa mi desse quella finestra e perché mi desse tanto. Laura aveva una vita sua, progetti suoi e una testa sua, e non aveva bisogno di me per sapere chi era. Era prevedibile nel senso migliore della parola, un senso che a venticinque anni uno non sa apprezzare e che a quarantuno mi sembra l'elogio più grande che si possa fare a una persona. E non era solo lei: io passavo giornate intere a casa di sua madre e di sua sorella, a mangiare e a dormire lì, dentro una famiglia che mi ha fatto posto senza chiedermi niente in cambio.

E in quella casa Laura ha fatto con me un lavoro che non le aveva commissionato nessuno e di cui oggi le sono grato più che di qualunque altra cosa. Io mi sono presentato con una posa addosso, e la chiamo senza abbellirla: l'alfa, lo scopatore, quello tutto gasato, con il corpo nuovo appena inaugurato e la macchina da sbruffone appena venduta e tutto quel testosterone che cercava dove infilarsi. Non lo racconto con nostalgia, lo racconto con vergogna. E conviene andare per il sottile, perché so già chi leggerà questo paragrafo con la lente: il

profilo sul piano sociale non l'ho mai avuto, né per quello che penso né per come ho trattato le donne della mia vita. Cose da maschilista sì che ne ho fatte, parecchie, di quelle che escono dal corpo prima che uno faccia in tempo a pensarle. Un giorno abbiamo incrociato per strada un suo ex che la perseguitava e la opprimeva parecchio, e io mi sono piantato davanti a lui con i pugni chiusi, reggendogli lo sguardo, con quella faccia di chi è a una parola dallo spaccarti la bocca. Non è successo niente. Ma quello non ero io: era l'alcol del fine settimana, ed era per giunta la mossa da maschilista da manuale, quella di chi protegge la donna diventando lui il pericolo. A Laura, che era esattamente il contrario di quel tipo di ragazzo, quella roba non piaceva per niente, e me l'ha detto tutte e ciascuna delle volte in cui mi è uscita la vena, senza urla e senza prediche, con una pazienza che ancora oggi mi sembra un miracolo di pedagogia. In due anni mi ha tolto la posa di dosso. E attenzione, io alla parola decostruzione non ci credo, o almeno non come la raccontano: nessuno si toglie quello che si porta da casa, perché quello che si porta resta lì sotto, in cantina, a mettere radici. Quello che si fa è mettere strati sopra, strati che finiscono per pesare più di quelli di sotto e per comandare loro. Il primo di quegli strati, quello che ha deciso tutti gli altri, me l'ha messo lei.

Perché Laura è femminista di quelle vere. Da strada e da corteo, di quelle che ci sono il giorno segnato sul calendario e gli altri trecentosessantaquattro. Ed è lì la differenza che a me fa impressione: a un corteo oceanico, quando lo indicano, ci va chiunque. Stare piantata dove serve stare, nelle cose che non escono da nessuna parte e non fanno prendere un like a nessuno, quella è un'altra faccenda. Quello è lavoro di fondo, da formica. E ha dato anni della sua vita a cause che non le hanno restituito niente in cambio. Io non ho mai voluto entrarci, e per la maggior parte della mia vita adulta non ci credevo nemmeno. Ma ho chiaro che Laura è di quelle persone che cambiano il mondo davvero, che sono sempre quelle che restano lì quando le telecamere se ne sono già andate.

E quella donna l'ho lasciata due volte. Tutte e due con la malattia addosso, e tutte e due le volte lei ha continuato a essere esattamente la stessa persona. La prima è stata l'inverno in cui ho smesso di dormire e di stare fermo, quello della prima mania, che ha un capitolo suo; la seconda, la primavera dopo, per Rocío. Come è successo e chi ha deciso che cosa sta al suo posto.

L'ho rivista un'estate, un anno dopo, ormai con il suo nuovo compagno, poco prima che si sposassero e partisero in viaggio di nozze per Parigi. Ed è stato allora che me l'ha detto, perché Laura è di quelle che sanno perdonare. Senza

rancore, senza presentarmi il conto, con quel suo modo di dire le cose come chi ti avvisa che hai la cerniera aperta.

—Quando stai bene sei la persona migliore del mondo. Ma non stai sempre bene.

Non l'ho capito. L'ho ascoltato come si ascolta il rimprovero affettuoso di una ex, metà complimento e metà ricevuta, e sono andato avanti con la mia vita, che a quel tempo correva a tutta velocità nella direzione sbagliata. L'ho capito cinque anni dopo, seduto in un reparto di psichiatria con la diagnosi appena messa sul tavolo. Laura aveva ragione. E la sua ragione era la diagnosi che ancora non mi aveva fatto nessuno: le mancava la carta intestata e le mancava il timbro, ma il testo era completo. Lei ce l'ha avuta quattro anni e mezzo prima di qualunque psichiatra.

E questa cosa va spiegata, perché è tra quelle di questa malattia che si capiscono peggio e che più gente salverebbero se si capissero. Al primo che diagnostica un disturbo bipolare quasi mai hanno dato una laurea in medicina. È chi ti sta intorno. È la donna che ti aspetta alla finestra e che vede, un giorno dopo l'altro, che l'uomo che sale per le scale non è lo stesso che le saliva tre settimane fa: che adesso dorme quattro ore e arriva euforico, che parla più veloce, che ha tre progetti aperti e un'idea geniale ogni sera, e che tra due mesi non riuscirà ad alzarsi dal divano. Uno psichiatra ti vede venti minuti ogni tre mesi, e in quei venti minuti tu ti presenti così come stai quel giorno. Lei, invece, vede la curva completa. Vede i picchi e vede le valli, e vede soprattutto che ci sono picchi e valli, che è proprio quello che non può vedere chi sta dentro. Perché quella è l'altra metà del meccanismo, e ha un nome, anosognosia, e ha il suo capitolo più avanti: il malato è l'ultimo ad accorgersene, perché l'organo con cui dovrebbe accorgersene è precisamente l'organo che non funziona. Da dentro non è mai la malattia. Per questo l'unico che può vederla è chi ti sta accanto, e per questo quello che dice chi ti sta accanto, quando lo dice con la calma con cui me l'ha detto Laura, non è un'opinione: è un dato clinico, il primo che esiste e a volte l'unico che c'è per anni. Il fatto è che a leggerlo non lo insegnano a nessuno. Né a chi lo dice, che non sa di star descrivendo un disturbo e crede di star descrivendo un carattere; né a chi lo ascolta, che sente un rimprovero e si mette sulla difensiva. La psicoeducazione, quando finalmente arriva, dovrebbe essere per tutti e due. A me è arrivata a trentatré anni. A Laura non è arrivata mai, e ci ha preso lo stesso.

Oggi ci vediamo una volta l'anno. Lei con la sua vita in piedi e io con la mia. Ci sediamo, parliamo, e nessuno dei due tira fuori il discorso della finestra. Non serve nemmeno: quello che lei ha visto da lì io adesso ce l'ho scritto su una carta con il timbro, e alla psichiatria sono serviti cinque anni, due pronto soccorso e un ricovero per arrivare alla stessa frase che Laura mi ha detto gratis, prima di partire per Parigi.

Parte II • IL BAGLIORE

Capitolo 9 · Il primo bagliore

Avevo quattordici anni. È stata una di quelle settimane di inizio primavera, di quelle prime in cui esci già da scuola senza abbottonarti il cappotto, e all'improvviso il mondo arrivava con un'altra consistenza. Non lo so spiegare meglio, e sono ventisette anni che ci provo. Le idee mi si presentavano senza che io le chiamassi, agganciate l'una all'altra, ognuna che tirava la successiva come i fazzoletti che escono dalla manica di un mago. Con quattro ore di sonno mi alzavo come se ne avessi dormite dieci. Parlare mi riusciva con una scioltezza che la settimana prima non avevo da nessuna parte, e le ragazze della classe, che fino ad allora mi guardavano come si guarda una sedia, hanno cominciato a guardarmi. È quello che mi ha disorientato di più, perché io non avevo cambiato faccia, né vestiti, né niente che si potesse indicare con un dito. Quello che era cambiato era la velocità. E salta fuori che la velocità si vede da fuori.

Sette giorni è durata. All'ottavo il mondo si è ripreso il suo tono abituale, senza avvisare di niente e senza rimborsarmi: la stessa scuola, lo stesso banco, lo stesso ragazzino e la luce spenta. Nessuno mi aveva avvisato che quella roba sarebbe finita, tra le altre cose perché nessuno mi aveva detto che quella roba fosse qualcosa. E quel contrasto, la luce a tutta forza e dietro il grigio di sempre, inaugurava una serie che ci avrebbe messo diciannove anni a ricevere un nome. Do la cifra esatta perché il conto ce l'ho fatto: quattordici quando è cominciata la faccenda, trentatré quando qualcuno l'ha messa per iscritto.

Non l'ha visto nessuno. E non è stato per mancanza di occhi: è che in quella casa e in quella scuola non c'era nessuna parola con cui guardarlo. Mia madre ha visto un adolescente con tanta energia che dopo pochi giorni era di nuovo spento, che è, se ci pensi bene, la definizione esatta di un adolescente. Mio padre era abbastanza occupato con le proprie tempeste e con il suo barattolo arancione accanto al lavello da non accorgersi di quelle di suo figlio, e questa è tra le cose di questa storia che mi stanno peggio quando le penso fino in fondo: l'unico uomo della casa che sapesse di prima mano che cos'era quella roba, perché ce l'aveva dentro e con la diagnosi addosso, era anche quello che meno po-

teva guardare. E i professori hanno visto uno studente discontinuo. Discontinuo: era quella la parola, né una di più né una di meno, e me l'hanno appiccicata addosso tante di quelle volte che ho finito per credere che fosse un mio tratto, come il colore degli occhi. Brillante nei periodi buoni, assente in quelli cattivi. Quello che non ha detto nessuno, perché nessuno aveva il vocabolario per dirlo, è che il brillante e l'assente erano lo stesso ragazzino in due punti diversi di uno stesso ciclo. Che quella discontinuità aveva un nome. E che quel nome aveva una cura.

Glielo mettiamo adesso, con ventisette anni di ritardo, perché a chi sta leggendo servirà in tutti i capitoli che vengono dopo e perché a scuola non me l'ha dato nessuno. Quella settimana è stata un'ipomania. L'ipomania è lo stesso quadro della mania con il volume più basso, e condividono la lista completa dei sintomi: umore alle stelle o irritabile, energia da buttare, dormire meno e non sentirne la mancanza, parlare senza fermarsi, le idee che scappano una dietro l'altra, distrarsi con la prima cosa che passa, avviare dieci cose insieme con dieci obiettivi diversi e infilarsi in faccende che possono finire per costare un patrimonio. La differenza sta in tre cose, tre e non una di più. Che dura meno: bastano quattro giorni, invece di una settimana. Che non ti distrugge la vita in modo visibile. E che non ci sono di mezzo psicosi né ospedale. Il criterio è così stretto che funziona al contrario: appena compare una qualunque di quelle tre cose, non parliamo più di ipomania, parliamo di mania. Stessa malattia, stessa fase, e l'unica cosa che le separa è quanto rompono. Che come criterio di classificazione è bruttissimo, a dire la verità, ma è quello che c'è.

Ed è da lì che esce la definizione di quello che ho io, e conviene metterla giù al più presto. Per diagnosticare un disturbo bipolare di tipo uno basta un episodio maniacale in tutta una vita. Uno solo. Il resto del tempo, che è praticamente tutto il tempo, la malattia non sta in mania: sta nell'ipomania, nella depressione, negli stati misti o nella calma, e ruota. Io ho avuto quattro o cinque manie di quelle grosse in vent'anni, di quelle che finiscono in ricovero. E ho avuto l'ipomania quasi tutti gli altri anni, non curata, da quella settimana di primavera. Da quando ne avevo quattordici.

E adesso quello che rende l'ipomania il sintomo più traditore del catalogo, quello che nessuno ha voglia di farsi curare, e lo dirò con un'onestà che quasi nessun libro su questa roba si permette, perché ad alta voce risulta scomodissimo: l'ipomania si sente bene. Non è l'eufemismo di chi cerca il lato buono di una disgrazia, né quella sciocchezza che non tutto il male viene per nuocere. È

un fatto: in quella fase il cervello fabbrica dopamina in quantità che producono un'esperienza sinceramente piacevole. Quella roba somiglia alla salute. Somiglia a qualcosa di più della salute. Hai la sensazione di essere diventato finalmente la versione migliore di te stesso, quella che si suppone che uno si porti dentro ad aspettare il suo turno. Dormi poco e non lo senti, le idee si agganciano da sole, sei divertente, sei affascinante, produci come mai, ti esce una sicurezza che il resto dell'anno non ce l'hai nemmeno a pagarla. Lavori il doppio, rimorchi, scrivi, cominci progetti. E nessuno intorno ci vede una malattia: vedono uno in un momento di grazia. Nessuno ha mai chiamato un'ambulanza perché il suo amico era affascinante. A un uomo in ipomania nessuno lo cura: lo invitano. E per giunta paga lui.

È l'unico sintomo psichiatrico che chi ti sta intorno premia. Fermati a pensarci: la tristezza fa paura, l'insonnia preoccupa, la rabbia spaventa. L'ipomania, invece, riempie la tavola di gente. Sei quello che vuoi avere nella stanza, quello che fa sentire visti gli altri, quello che trasforma una cena qualsiasi in una serata che si ricorda. Quello sono stato io molte volte, e piaceva a tutti, a cominciare da me. Per questo è una trappola che si costruisce da sola: nessun malato vuole che gli tolgano quello che vive come la cosa più bella che gli sia mai capitata, e nessun amico suggerisce a uno che è splendido di farsi un giro dallo psichiatra. Morale, non ci va nessuno. Ci si va quando si affonda, ammesso che ci si vada, e per allora la parte di sopra se n'è già andata e il medico si trova davanti solo il pozzo. È così che ci si mettono diciannove anni a fare una diagnosi che era scritta in faccia a un ragazzino di quattordici. E quel ritardo è il costo che non somma nessuno quando si parla di salute mentale: il più caro di tutti, e per giunta rinviato.

Ed è per questo che l'ipomania è la fase con cui si cominciano le relazioni. Le mie sono partite tutte con quel vestito addosso, senza una sola eccezione: il generoso, quello che organizzava tutto, quello che teneva la conversazione fino alle quattro del mattino, quello che si iscriveva a qualunque cosa e si infilava dappertutto. E la depressione e gli stati misti sono le fasi con cui si perdono. Molti anni dopo, quando stavo cominciando a scendere da un'estate molto alta, una donna che compare più avanti in questo libro mi ha scritto mezzo per scherzo: è tornato il signor raziocinio, a volte sei una palla, mi piaci di più quando sei un po' hippie. Un po' hippie. L'hippie era il sintomo. Quello che a lei piaceva, quello delle idee, l'energia, la conversazione fino a tardi e il salire su qualunque programma, era la malattia nella sua versione simpatica, e quello che a lei man-

cava era esattamente quello che mi stava togliendo la terapia. Non la incolpo di niente. Le piaceva la stessa cosa che piaceva a me.

Il guaio è che l'ipomania non è un altopiano su cui uno possa sistemarsi a vivere tranquillo. È una salita. E la salita, se non la frena nessuno, continua a salire fino a un punto in cui non resta più nessun incanto: la mania completa, la psicosi, il disastro. Quello che ti regala sopra te lo fa pagare sotto, con gli interessi e senza possibilità di trattare, perché dopo ogni salita arriva sempre il grigio, e più in alto sei salito, più nero arriva il grigio. A quattordici anni la salita era corta e il grigio era quello di un adolescente spento sopra il banco; gli adulti l'hanno archiviato come cose dell'età e sono andati avanti con i loro affari. E io ho passato diciannove anni a pagare quella moneta senza nemmeno accorgermi che stavo pagando qualcosa.

Il giorno in cui finalmente mi hanno dato il nome, in un reparto di psichiatria e con le dimissioni già avviate, qualcosa dentro la testa ha riconosciuto che mi avevano appena consegnato il pezzo che mi era mancato per tutta la vita. E per giunta un pezzo del bordo, di quelli senza i quali non c'è modo di montare niente. E la prima cosa che ci si è incastrata, prima di qualunque altra di quelle che compaiono in questo libro, è stata quella settimana di luce accecante dei quattordici anni che tutti avevano sbrigato come cose dell'età.

Ed ecco quello che voglio si porti via chi sta leggendo questa roba con una diagnosi appena messa e con la paura addosso: la cosa più dura di tutto il mio recupero non è stata ingoiare la pastiglia con il suo sapore di moneta vecchia. È stato imparare a rinunciare a quella mia versione che mi piaceva tanto. È stato accettare che il ragazzino di quella primavera, con le ragazze della classe che lo guardavano per la prima volta, non era la versione migliore di nessuno. Che quello di cui sentivo la mancanza non ero io nel mio momento migliore. Era l'incendio che cominciava.

Capitolo 10 • Il divano

È cominciata su una di quelle applicazioni che c'erano allora. Era l'inverno dei miei ventisei anni, con il cervello messo a duecento e l'ipersessualità che spingeva in tutte le direzioni insieme, come un tubo dell'acqua che si stacca e si mette a frustare da solo. Un profilo con una faccia che ti restava addosso e un sorriso di quelli che fanno capire che lì dentro si sa qualcosa che gli altri non sanno. E un messaggio mandato alle due di notte, perché un cervello in quello stato deve scaricare l'energia da qualche parte o scoppia, e alle due di notte l'unica cosa che resta aperta è il telefono.

Ci siamo dati appuntamento al parco davanti a casa sua. Lei abitava sul marciapiede di fronte e mi aveva dato appuntamento lì per sicurezza, per poter riattraversare se la faccenda fosse venuta fuori disastrosa. Alla panchina mancava una vite in una delle assi, e ci ho fatto caso perché era un bel pezzo che mi sforzavo di non pensare a che cosa le avrei detto, e quell'asse che mi ballava sotto la coscia era l'unica cosa solida che avessi vicino. Nuria si è presentata con sette minuti di ritardo (cioè quello che ci si mette a scendere e attraversare una strada, e poi mi spieghi dove sta il merito) e si è seduta con la tranquillità di chi con la testa era già lì prima di arrivarci con il corpo. Aveva addosso un giubbotto di pelle consumatissimo, di quelli che hanno retto più stagioni di quante ne dimostrino, e un libro in mano che in tutto il pomeriggio non ha aperto. Il libro come oggetto di scena, che è un classico e non lo dico con cattiveria: io ho fatto esattamente la stessa cosa con una chitarra.

—E tu che cosa fai nella vita?

Le ho sparato la storia dell'università: che mi ero iscritto a Storia a ventiquattro anni e che ero al primo anno. Quella cosa le è sembrata affascinante. Io ho sorriso. Lei ha sorriso. E l'asse della panchina è rimasta lì che ballava.

Era di qualche anno più grande di me. Viveva in un appartamento condiviso che le costava poco, e in quell'appartamento viveva anche un suo amico, che era quello che reggeva la casa e che pagava le spese. Un uomo di una bontà di quelle a cui uno non crede finché non le vede funzionare da vicino. E racconto

com'era quella roba dentro perché l'ho vista da dentro: Nuria si portava uomini a casa e ci andava a letto nella stanza accanto alla sua, con lui che dormiva muro contro muro. E tra quegli uomini c'ero io. Io ero quello speciale, quello me l'ha detto lei, e mi pare che fosse vero. Ma non ero l'unico, e quello l'ho saputo dalla prima settimana. Quell'uomo le voleva bene ed è rimasto lì, e spiegare perché sia rimasto lì non tocca a me.

Il primo pomeriggio si è allungato fino alle tre di notte. Innamorato non ero. Ero in ipomania, che è uno stato che fabbrica certezze assolute su cose che non lo sono poi tanto: certezze sulle persone, sull'intensità di quello che succede, sul significato di un pomeriggio che si allunga fino alle tre. A me è sembrata straordinaria perché in quello stato lo è tutto, perfino un bancomat. Per Nuria è stata un'altra cosa, e quello che metto qui è quello che mi ha raccontato lei, allora e più tardi, non quello che io posso dedurre: che quella notte si è sentita desiderata come non si era mai sentita, e che quello, arrivando da anni di complessi con il proprio corpo, per lei ha contato moltissimo. È rimasta attaccata lì. E io avevo ventisei anni e mi portavo addosso la versione morbida della malattia, quella che non rompe niente, quella che non fa ricoverare nessuno, quella che da fuori si vede come un tizio affascinante con tanta energia. Con quello mi sono presentato alla sua panchina. Ho attraversato la strada dietro di lei e sono salito in un appartamento che odorava di incenso e di gatti, e quello che ho pensato è stato: questa cosa è straordinaria. E lo era. Era anche l'avvio di qualcosa che non sarebbe finito bene.

La mattina dopo voleva che restassi. Io avevo lezione. Prima che quella settimana finisse mi aveva chiamato quattro volte. Prima che finisse il mese ci eravamo visti altre tre volte e mi aveva invitato al suo compleanno, e non solo me: anche mio fratello e un amico. Intanto, a casa, io raccontavo a Laura che mi ero fatto un'amica nuova. E Laura non era scema per niente. Il fatto è che l'ipomania dà a chi ce l'ha una convinzione nel parlare che rende difficilissimo non credergli.

Sul suo divano si fumava. Io ho cominciato a fumare lì, a casa sua, perché era quello che si faceva in quella casa e mi è sembrata la cosa più normale del mondo. E per capire quello che è successo su quel divano bisogna sapere da dove venivo io, perché se no la prima canna sembra un aneddoto da salotto e non lo è stata. Quell'autunno, il primo dell'università, mi ero iscritto alla prima palestra di allenamento duro che avevano aperto vicino alla facoltà e mi allenavo tutti i giorni; ero un atleta agonista, con il corpo costruito ogni giorno, senza

grasso da contare e senza tolleranza a niente: non fumavo, bevevo al massimo qualche fine settimana e la cannabis non mi era mai passata per la testa. Quella era la mia ancora e funzionava. E mi sono fermato nella pausa degli esami invernali, per concentrarmi e riposare un po', ed è proprio in quella pausa che ho conosciuto Nuria. Bella coincidenza. Senza che lo sapessi io né lo sapesse nessuno, lo sport era l'unica cosa che mi stava tenendo ferma la testa: l'ipomania me la portavo addosso da anni, ma l'allenamento la teneva a bada, e io non sapevo nemmeno che ci fosse qualcosa da tenere a bada. Da quel buco sono entrate le canne.

E questa cosa non c'era modo che la sapessimo, né io né lei, in quel salotto o in qualunque altro: un cervello come il mio il THC non lo sballa. Lo fa partire. E un corpo come quello che avevo io allora, che visto da fuori sembra una garanzia, risulta essere esattamente il contrario. Il THC è tra le sostanze più liposolubili che esistano: non resta a circolare nel sangue, se ne va nei tessuti, e con l'uso continuato finisce immagazzinato nel grasso, che nel fumatore abituale funziona da deposito e lo rilascia nell'arco di settimane. Un corpo quasi senza grasso non ha dove metterlo: la dose intera se ne va nei tessuti che ricevono più sangue, e quello che ne riceve di più è il cervello. E un cervello che non ha visto THC in vita sua risponde con tutti i recettori al loro posto. In chi fuma tutti i giorni, il cervello si difende ritirando all'incirca un quinto dei suoi recettori cannabinoidi (è misurato con le tomografie, e si sa anche che un mese senza fumare li rimette al loro posto), ed è per questo che a loro la stessa canna fa meno effetto; a chi comincia, invece, fa schizzare di colpo la dopamina e il glutammato dello striato, che è esattamente il circuito che si accende in una mania. Con l'alcol la faccenda va al contrario, detto per inciso, perché si distribuisce nell'acqua del corpo e il muscolo è per quasi tre quarti acqua: l'atleta che ero io si ubriacava meno con lo stesso bicchiere dell'uomo in cui mi sono trasformato più tardi. L'alcol è venuto a fare il suo danno dopo, su un corpo già distrutto. Quello che è entrato quell'inverno a corpo pulito è stata la cannabis.

Insomma, il conto viene al contrario di come sembra. Ogni canna di quel divano atterrava su un cervello pulito, senza nessun freno adattativo, senza un grammo di grasso che l'ammortizzasse, e atterrava intera. Quelle canne hanno preso l'ipomania con cui io ero arrivato alla sua panchina e l'hanno trasformata in una mania. Di quelle che sì che rompono. Non dormivo, non stavo fermo, ero dappertutto e con tutti, e quella roba mi è durata la prima metà dell'anno. Ero io con la malattia al massimo, e al massimo per colpa di quello che fumavamo a

casa sua. Nuria deve aver creduto che quel tizio scatenato, socievole, instancabile e ipersessuale fossi io allo stato puro, e non gliene faccio la minima colpa: ci credevo anch'io, e quello che stava dentro ero io. Lei si è innamorata di un sintomo. E di quell'anno resta un dettaglio che non è dei grandi e che proprio per questo ritrae meglio dei grandi: quelle manie le ha avute davanti e ha capito benissimo che cosa stava vedendo, tanto che è arrivata a parlare con la mia famiglia perché era preoccupata. E fin lì è arrivata. Neanche una telefonata in più, né un tentativo di fare qualcosa con quello che stava vedendo, né una sola volta in dodici anni in cui si sia seduta con me a raccontarmi quello che vedeva. Ha visto la malattia prima di chiunque altro e non ci ha fatto niente. Quello che invece ci ha fatto undici anni dopo lo racconto al suo posto.

Con le canne è finito lo sport, ovviamente, perché chi fuma non ha voglia di allenarsi. E persa quell'abitudine, non l'ho più recuperata. Né con la successiva, né con quella dopo, né con nessuna. È stato quello il prezzo che non ho visto arrivare. E dietro le canne è tornato l'alcol, che fino ad allora lo tenevo sospeso, diluito e tenuto a bada dall'allenamento: appena ho smesso di allenarmi è crollato il freno e il bere si è ripreso il suo posto, proprio l'anno in cui mi si è accesa la mania. Un piano perfetto, se quello che uno cerca è finire come sono finito io.

E di quell'anno resta per giunta una litigata che ci ritrae tutti. All'inizio dell'estate abbiamo smesso di parlarci per un periodo per un motivo dei più ridicoli, che è come sono di solito i motivi veri: un suo conoscente mi ha fatto entrare in un lavoro orribile, muovendo una conoscenza. Quello era un posto spaventoso, con dei capi che trattavano malissimo i dipendenti, a furia di insulti e di modi pessimi. E me ne sono andato di lì facendo una scenata considerevole, che era il modo che avevo io allora, con la mania addosso, di uscire da un posto così. Il conoscente ci ha fatto una figura pessima davanti alla sua gente e si è arrabbiato moltissimo, con tutte le ragioni del mondo, io e Nuria abbiamo litigato per quello e si è fatto silenzio.

E adesso la parte che impedisce che tutto questo sia un conto presentato a lei, e va letta con la stessa attenzione di quello che c'è sopra. Nuria di questa roba non sapeva niente. Nemmeno io. In quella casa nessuno sapeva che sotto tutto c'era un disturbo bipolare di tipo uno, e mancavano sette anni perché qualcuno gli desse un nome. Lei ha offerto quello che si offre in qualunque salotto a trent'anni e passa, e io l'ho preso. Con la mia mano. Non la ritengo responsabile di quella roba e non gliela sto facendo pagare. E anche così c'è una cosa che ci

ho messo quattordici anni a riuscire a pensare fino in fondo, e che chiude il cerchio proprio da dove si è aperto: io Nuria non avrei mai dovuto conoscerla. È aritmetica pura. Quando le ho scritto alle due di notte ero in ipomania; senza quell'ipomania non le avrei scritto, né sarei andato alla sua panchina, né avrei fumato sul suo divano, né avrei lasciato lo sport, e la cosa più probabile è che la catena che è finita dove è finita non sarebbe nemmeno cominciata. Senza il mio disturbo, Nuria nella mia vita non esiste. È stata un errore statistico della mia malattia: la persona che un cervello sregolato ha incrociato nel peggior momento possibile. Da sano, io non sarei andato oltre quel primo pomeriggio sulla panchina. Lei non è stata la causa. Non gliela attribuisco.

Capitolo 11 • Lasciare e tornare

Ho lasciato Laura dopo due anni con lei. Ho già raccontato chi era Laura e la famiglia intera che mi aveva fatto posto. Nessun uomo sano di mente lascia una donna così.

Io l'ho lasciata. E l'ho lasciata per andarmene sul divano di un'altra, a fumare e a passare le notti senza dormire nel suo letto. E da lì in poi, lo sbando: sono tornato al cruising (proprio quando è cominciata la storia con Nuria, che il dettaglio ha il suo peso e non ho intenzione di nascondere), mi vedevo anche con uomini conosciuti su internet, e mi sono messo con più di una dozzina di ragazze di quelle applicazioni. Conviene spiegare com'era la faccenda, perché se non sembra un altro film. Quasi tutto erano incontri di un pomeriggio: ci si vede, si scoppa e non ci si rivede. Loro cercavano la stessa cosa che cercavo io. E a me veniva facile, perché ero molto in forma, avevo un aspetto ottimo e in quello stato di iniziativa ne avevo d'avanzo. Due o tre sono state un'altra cosa: storie più lunghe, con la loro data di scadenza segnata dal primo giorno e nota a tutti e due, che ci siamo goduti finché sono durate e che non si sono mai complicate. E ce n'è stata una che ho impostato dal primo minuto perché durasse, ed è l'unica che è durata: Mireia, dell'università. È cominciata quando io stavo ancora con Laura, un po' prima della storia con Nuria (lo segno senza abbellirlo, che è per questo che lo scrivo), e oggi continua a essere una mia amica di quelle vere. Mireia era in mezzo a tutta quella roba, mi ha visto da dentro durante quei mesi e può certificare com'era il Marcos di allora. E da lì esce una cosa che cambia completamente come va letto quello che viene dopo: io, quando ho cominciato a vedermi con Nuria, non stavo inaugurando nessuna relazione di anni. Stavo facendo esattamente la stessa cosa che facevo con le altre. Quella storia poteva benissimo restare nello stesso punto in cui sono restate tutte le altre.

D'estate la marea si è abbassata. E appena si è abbassata, sono tornato con Laura. Siamo andati a vivere insieme in un paese dell'area metropolitana, attaccati alla sua famiglia, e mi sono contenuto (e mi sono contenuto, tra le altre cose, perché mi è finita la mania, ché la volontà da sola quei miracoli non li fa;

chi sostiene il contrario è che non ne ha mai avuta una addosso). Con Mireia ho smesso di andare a letto, e siamo rimasti amici. E quell'anno c'è stato un rapporto a tre, che lo racconto perché è successo e perché in questo libro non si nasconde niente.

Quell'estate ho fatto il bagnino nella piscina di un complesso residenziale lì vicino, e ho abitato a due passi. E non è stato un lavoro estivo qualunque: erano tantissime ore al giorno, e la maggior parte se ne andavano con la gente del posto, i condomini, con cui sono arrivato ad andare così d'accordo che finivo per mangiare a casa loro, e soprattutto con i bambini, a parecchi dei quali ho insegnato a giocare a scacchi. Laura veniva a trovarmi. Ha conosciuto i bambini, c'era alla gincana che ho organizzato perché il pomeriggio della chiusura fosse una festa e si è mangiata con noi le pizze che abbiamo ordinato alla fine. Poi c'è stata festa e si è bevuto. Al lavoro non ho mai bevuto, quello ce l'ho chiarissimo e non l'ho fatto in tutta la mia vita; quello che facevo invece era ordinarmi nella pausa pranzo una birra, o due, e così la giornata diventava più sopportabile. Visto che lo sport non mi metteva più in ordine niente, mi mettevo in ordine con quello. E il pomeriggio, un'altra. Non tutti i giorni, ma tanti. Davanti a Laura e senza nascondermi da niente, perché a nessuno dà nell'occhio che uno si prenda una birra all'uscita dal lavoro, e lei non aveva nessun motivo di sospettare. Ed è lì il problema dell'alcol in questo paese: non suona nessun allarme finché non c'è più niente da fare, perché l'allarme arriva staccato di serie e per giunta lo paghiamo tutti noi.

E così ho preso la discesa, con qualche festa in casa di quelle che non ci si ricorda più per intero. In una di quelle ho pisciato contro il muro, ubriaco perso e in casa mia, perché non sono stato capace di trovare il bagno. Lo scrivo perché è vero e perché è brutto, e perché segna il punto esatto a partire dal quale, persa ormai l'ancora dello sport, andava bene qualunque cosa. E quando è cominciato l'anno dopo senza che io mi attaccassi a niente, né a un lavoro né a un allenamento, tirando avanti con quello che restava di una vecchia liquidazione e con quello che avevo risparmiato in piscina, mi sono messo a bere tutti i giorni mentre la mia compagna era al lavoro. E a fumare, alla finestra o scendendo in strada, perché lei non sopportava il fumo dentro casa; l'ha scoperto, ovvio, perché scema non era, e ci è costato un paio di litigate serie. Per la fine di quell'anno bevevo già sul serio, molte volte da solo e alle spalle di Laura. E quella caldaia accesa aspettava soltanto una scintilla.

Perché senza quello che dirò adesso, questo capitolo si legge come la storia di un tizio che non sapeva quello che voleva, e non parla di questo. O non parla solo di questo. La faccenda di lasciare Laura non l'ha fatta un uomo che sceglie; l'ha fatta una mania, che non confronta e non calcola, che va dietro all'intensità e alla novità e che si fabbrica motivi per muoversi dove non ce ne sono. Quello che è nuovo accende la dopamina in un modo che la stabilità non può eguagliare, e non lo eguaglia perché non gioca nemmeno in quel campionato: un cervello in fase alta non calcola costi, calcola intensità, e una donna che ti aspetta leggendo alla finestra su quella scala non prende punti per quanto brava possa essere. Io questa la chiamo una decisione di episodio, e conviene imparare a riconoscerle, perché in questo libro ne usciranno parecchie: decisioni che sembrano prese da una persona e che in realtà le ha prese una fase. Si riconoscono da un dettaglio semplicissimo, ed è che quella persona non le avrebbe prese né prima né dopo. Il danno è mio, e a Laura l'ho pagato come ho saputo. Quello che non posso dire è che la decisione fosse mia, perché non l'ha presa nessuno: l'ha presa una fase, e appena la fase se n'è andata, la decisione se n'è andata dietro.

E nemmeno il tornare l'ho deciso io del tutto, anche se mi piacerebbe da matti poterlo firmare. C'è una cosa che mi porto addosso di fabbrica e che ci ho messo anni a sapere che avesse un nome: l'ansia di separazione dell'adulto. Non è un modo di dire: è una diagnosi con un nome suo, e nelle casistiche di pazienti con disturbo bipolare esce con una frequenza bestiale, intorno a quattro su dieci secondo gli studi che si sono messi a misurarla. La mia ha una data d'inizio: i vent'anni e il modo in cui se n'è andato mio padre. Un sistema di attaccamento che non ammette la separazione e che, quando qualcuno a cui voglio bene se ne va o lo perdo, non diventa triste: si mette a cercare (e questo ha la sua spiegazione, che la do dove tocca, nella notte del cane). Tornare è quello che faccio io. L'ho lasciato scritto tempo fa e lo confermo parola per parola: vivere da solo lo odio, lo detesto con tutta l'anima, e reggermi da solo non sapevo. Così la mania mi ha tirato fuori da casa di Laura dall'alto e l'attaccamento mi ci ha riportato dal basso, e in nessuno dei due tragitti ero io del tutto al volante. Il che non toglie che tornare sia stata la cosa migliore che ho fatto in tutto quell'anno. E tutte e due le volte, l'ho già detto, lei ha continuato a essere la stessa persona. Anche quello è un dato clinico, anche se il dato è suo e non mio.

Quella seconda convivenza è durata undici mesi, in paese, con la sua famiglia dietro l'angolo e una birra a ogni pasto. Laura voleva sposarsi, avere figli,

costruire una vita, ed erano anni che voleva costruirla con me. Io bevevo da solo mentre lei lavorava e mi rigiravo in testa il niente. Da lì a Rocío la strada era cortissima.

Capitolo 12 • La casa di Rocío

Rocío l'ho trovata cercando scambio di coppia nella parte tenebrosa di internet, una notte di quell'inverno in cui io bevevo da solo mentre Laura lavorava. Convincere Laura non mi è costato granché (uscire dalla routine è sempre una caramella che si ha a portata di mano) e li abbiamo ricevuti a casa, lei e il suo ragazzo. Abbiamo scopato tutti, chi più chi meno. Se ci atteniamo al verbale ufficiale, la serata è andata male: il giorno dopo sono arrivati i rimproveri, che te la scopavi senza guardare me, che questa roba non si ripete. Ma c'era un verbale segreto con una riga che non ho letto ad alta voce, e la riga diceva che quella ragazza mi era piaciuta. Anche il corpo, inutile mentire. Soprattutto l'atteggiamento: quello di qualcuno che ha chiarissimo che cos'è, si infila nel fango fino al collo e non perde un secondo a pensare a quello che dirà la gente.

Dopo pochi giorni si è messa lei a scrivermi. Che aveva lasciato il ragazzo, che le andava bene venire da sola, che perché mi rovinavo la testa con la storia di avere una compagna se tanto quella roba sarebbe stata un momento piacevole e basta. Era molto giovane, di buona famiglia, e passava tutto il giorno con gli animali. Aveva una testardaggine serena per cui non hanno ancora inventato un antidoto, una voce grave che stonava con quella faccia da ragazzina e certi occhi che leggevano il mondo a una velocità in cui mi sono riconosciuto subito: alle cose ne cercava il bordo da parecchio prima che arrivassi io. Io, intanto: ventisette anni, senza una lira, gli esami appena vomitati, e una compagna che mi aspettava a casa. E tradire una donna a cui avevo voluto bene mi rivoltava lo stomaco davvero, con un tremore scomodo e fastidioso. Nemmeno quello mi ha frenato. Segnatevi tutte e due le cose, e segnatevi la differenza d'età.

Un mese dopo ci siamo visti da soli, e ci siamo visti a casa mia, quella che era di Laura e mia, con Laura al suo turno di lavoro. È stato un tradimento doppio, perché Rocío stava ancora con il suo ragazzo, e tutti e due abbiamo attraversato quella porta sapendo quello che facevamo.

—Mettiti in ginocchio —le ho detto, senza averci pensato.

E l'ha fatto con una calma che mi ha smontato. Non come chi obbedisce. Come chi riconosce qualcosa. All'epoca ho scritto che non sapevo da dove mi fosse uscito quell'ordine. Lo sapevo, invece. L'ho sempre saputo e mi è costato anni metterlo per iscritto. Veniva da due posti, e tutti e due me li hanno messi addosso quando ero un ragazzino. Uno: quegli uomini, quelli dei tredici anni, che sono stati loro a mettere in ginocchio me, quelli che mi hanno fatto sotto-mettere e quelli che mi hanno messo davanti un materiale che nessun bambino dovrebbe mai vedere. E due: uno schermo che qualche anno dopo è venuto a spiegarmi che quella roba non era stata un danno, che era un genere con il suo nome, la sua estetica e il suo pubblico fedele. Io non sono arrivato al mondo con la voglia di umiliare nessuno. Le mie prime relazioni con delle donne sono state normalissime, vaniglia fino a dire basta. L'altra cosa si è installata dopo, e non mi ha obbligato nessuno, che è peggio ed è più esatto: mi hanno insegnato che cosa desiderare, e a forza di ripeterlo è diventato il mio modo di eccitarmi. Così che, quando ho detto a Rocío di mettersi in ginocchio, io stavo ripetendo quello che avevano fatto a me e, allo stesso tempo, cercando di riprendermi il comando di un corpo che altri avevano preso senza chiedere permesso. Tutte e due le cose insieme. E quella roba non la sapeva né lei né la sapevo io. Lo racconto perché spiegare non è giustificare, e perché sopra quella relazione si è costruito più tardi un racconto di cattiveria, e alla cattiveria ci si arriva solo quando manca il resto delle informazioni.

Le ho cercato un altro nome, uno che fosse solo nostro, e gliel'ho messo: Fiera. Sottomessa lo era fin dentro i pori; quello che le era sempre mancato era un padrone che lo fosse davvero. E adesso la confessione: io non lo ero. Mi sono proposto di fingerlo con tutte le mie forze, ed è arrivato un punto della strada in cui il travestimento mi si è attaccato alla pelle. Ma quel personaggio non usciva dalla dinamica. Fuori dal ruolo, che era dove passavamo quasi tutte le ore, eravamo due persone qualunque: serie tv, cucina, appunti, musica classica, una sera al balletto. E sì: c'è stata acqua bevuta da una ciotola messa per terra, ci sono state sculacciate di quelle forti, e lei era disponibile per me a qualunque ora. Il fatto è che quello stesso padrone si sedeva a spazzolarle i capelli tutte le sere e a leggerle un libro finché non si addormentava. Quel padrone ero io. Il patto era chiuso dal primo giorno: lei rispettava tutto quello che concordavamo e io non le passavo sopra un solo limite. La parola di sicurezza l'ha scelta lei, e in tutto il tempo che siamo durati insieme non è mai arrivata a dirla; perché non l'abbia detta, quello dovrà raccontarlo lei se un giorno vorrà. E mi ha insegnato

ad andare a cavallo. Da lì in poi ci andavamo tutte le settimane, lei come chi lo fa da quando era bambina e io senza riuscire a crederci del tutto. Con lei ho fatto di tutto, e di tutto quello che abbiamo fatto la cosa più bella è stata quella, molto al di sopra di qualunque sessione.

Alla fine di quell'inverno ho sputato la verità a casa: ho detto a Laura che non avevo smesso di vedere Rocío e che quella storia mi si stava trasformando in innamoramento. In mezzo c'è stata una settimana intera alla festa del paese di Mireia, dove ho bevuto come un cosacco e l'ipomania che mi portavo già addosso ha fatto il salto verso la mania, ed è stato in quello stato che ho preso la decisione. E Laura ha reagito come reagisce chiunque a cui sta bruciando la casa: afferrando quello che ha più vicino per vedere se salva qualcosa. Le è venuto in mente, alla disperata, di integrarla. Che Rocío diventasse la sottomessa di tutti e due. Così un pomeriggio Rocío si è seduta nel nostro salotto ed è stata Laura a proporglielo in faccia. Rocío ha risposto di no. Che lei non sarebbe stata il giocattolo di una coppia e che stava lì per me. Si è chiusa un po' in bagno, è uscita, ha attraversato la casa e si è buttata giù per le scale e per la strada. Dietro sono uscito io di corsa. È lì che ho scelto: non in uno studio, né in una conversazione ragionevole tra adulti, ma di corsa su un marciapiede dietro a una ragazzina, e con la donna con cui stavo da anni piantata lì da sola in mezzo a quel salotto. Non so quanti giorni siano passati tra quella scena e il giorno in cui Laura ha fatto le valigie. So che le ha fatte e so che ha fatto bene. Quello che stavo facendo io non lo sopporta nessuno. Laura voleva una vita. E io stavo in un'altra realtà: io quello che volevo era stare a sculacciare una ragazzina in una segreta.

E la nostra storia non è rimasta chiusa tra le quattro pareti di una stanza. Lei mi ha infilato nella sua famiglia con una naturalezza che io non mi aspettavo: quasi un anno e mezzo sotto lo stesso tetto con lei, con sua madre e con sua sorella. Non in visita: vivendo lì. E sua madre aveva chiarissimo che tipo di relazione fosse quella e non ha giudicato assolutamente niente; mi faceva sedere a tavola con un piatto davanti e mi trattava come uno di casa. E di quella casa c'è una scena che va raccontata esattamente come è successa. Il padre di Rocío si è trovato i suoi profili aperti su un computer e si è messo a leggere le nostre conversazioni, che di innocente non avevano niente. Non ha capito assolutamente niente, e non gliene faccio la minima colpa. Si è presentato a cercarmi fuori di sé. E allora Rocío si è messa in mezzo. Si è piantata davanti a suo padre e mi ha difeso con una ferocia che non le avevo mai visto: che la decisione era sua, che quella era esattamente la cosa che voleva lei, che era innamorata e che lui lì non

c'entrava niente. E sua madre, che era lì davanti ad ascoltare tutto, mi ha difeso allo stesso modo. Lui si è calmato e se n'è andato. Siamo andati in un parco e lì lei ha pianto per un bel pezzo, distrutta. Ma non ha ritrattato una sola parola.

Dopo quattro mesi è arrivato il collare. Gliel'ho fatto fare su misura: una cinghia di cuoio con una targhetta appesa e, sulla targhetta, il nome che usavamo solo noi due. Lo portava tutti i giorni e in tutti i posti, e se qualcuno le chiedeva che cosa fosse rispondeva con una faccia da innocente che gliel'aveva regalato il suo ragazzo. Mi ha sorpreso la solennità con cui l'ha ricevuto: lì non c'era da nessuna parte l'eccitazione del proibito, c'era la serietà di chi sta firmando un impegno. Ha detto di sì, e ha detto che l'avrebbe detto una volta sola, perché sarebbe stato un sì per sempre. Il rituale l'ho scritto io, e quello che ho lasciato detto allora lo firmo oggi con le stesse parole: è stato più emozionante di tante cerimonie di matrimonio. L'ultima cosa che ho scritto di quel periodo finiva dicendo che sì, che le volevo bene, guarda un po', e che avremmo visto quanto reggeva quella storia.

E adesso quello che era tutto questo in realtà, detto con il nome che gli spetta. Quella relazione non è stata una scelta: è stata un sintomo con due gambe. Che cos'è l'ipersessualità in questa malattia l'ho già spiegato al suo posto, con i suoi tre motori; quello che va qui è quello che quei motori hanno fatto con una scena concreta. Quando il sistema della ricompensa gira su di giri, il desiderio non sale soltanto: si allarga. All'improvviso entrano nel radar corpi, età e situazioni che fuori dall'episodio non ci sarebbero mai entrate, e non è che a uno sia cambiata l'identità: è che la mania ti abbassa tutte le soglie di colpo e alza il volume a qualunque cosa sia nuova. E non stiamo parlando della cosiddetta dipendenza dal sesso, che esiste indipendentemente dall'umore: in questa malattia la faccenda è episodica, schizza nella fase alta, si spegne fino all'indifferenza assoluta nella depressione e regredisce quando l'umore si stabilizza. Nel mio caso, per di più, arrivava con una strada già asfaltata dai tredici anni. Io non ho scelto una ragazzina e non ho scelto quel mondo: li ha scelti una malattia non diagnosticata che nessuno sapeva leggere, e la prova sta in quello che è successo quando finalmente me l'hanno nominata e me l'hanno curata, perché da allora non sono più stato infedele a una compagna. Neanche una volta. In questo libro, i tratti stabili coincidono esattamente con i tratti in cui sono stato fedele, e quella cosa non va messa sul conto di nessun merito del carattere: è la mappa della malattia ricalcata sopra la mia biografia. Del danno rispondo io. Del sintomo, no.

C'è una domanda che nessuno formula ad alta voce e che resta comunque a galleggiare nell'aria quando uno racconta quello che ho appena raccontato, con i tredici anni da una parte e una ragazza appena uscita dall'adolescenza dall'altra. Rispondo io, e con tutte le lettere: no. Mai. Né un impulso, né una pulsione, né una sola volta in quarant'anni. Né con i bambini di quella piscina né con nessun altro bambino, e non importa lo stato: né in mania, né in mezzo a un episodio, né nel peggior momento in cui mi sia mai trovato. Quello che hanno fatto a me approfittando del fatto che un ragazzino si fida, io non l'ho fatto a nessuno.

Come è finita quella storia, e quello che avevo nel sangue quando è finita, ha un capitolo suo. Qui va l'altra cosa, quella che allora non avevamo e che abbiamo avuto dopo. Cinque anni dopo Rocío mi ha cercato, e non per riprendere niente, ma per vedere qualcuno a cui aveva voluto bene. Aveva un figlio di un anno e mezzo da una relazione finita male. È entrata dalla porta e ho notato subito che c'era qualcosa di diverso in lei: essere madre le aveva lasciato addosso una gravità che prima non aveva. Quell'inverno, un pomeriggio, abbiamo fatto l'amore con tenerezza e con delicatezza, e con il suo piacere prima del mio; è stata l'unica volta in tutto l'anno, perché né lei né io cercavamo quello. E non somigliava a niente di quello che avevamo avuto prima: lì non restava neanche un residuo di quell'architettura, né un ruolo, niente.

E c'è un'altra scena, a casa sua, un pomeriggio di visita, tutti e due seduti a parlare. Il bambino ha reclamato la sua parte, lei l'ha preso in braccio e si è messa ad allattarlo lì sul momento, con quella naturalezza da madre che non ha nessuna intenzione di interrompere una conversazione per una simile sciocchezza. Io sono rimasto a guardarla e ho sentito una cosa che in quel momento non ho saputo nominare e che oggi chiamo tenerezza. Mi ha detto che mi sentiva diverso: che l'uomo che aveva seduto davanti non era più quel padrone, che l'intimità io la capivo in un altro modo e che sulla cura avevo imparato cose di cui anni prima non avevo la minima idea. Mi ha detto, con quell'espressione esatta, che mi vedeva femminista e moderno. Io le ho detto che il suo corpo era bellissimo. Gliel'ho detto perché era vero e perché avevo il sospetto che fosse da un pezzo che non se lo sentiva dire da nessuno. E ha pianto un po'. Non di dolore, mi è parso. Di sollievo.

E quello che ero io sta in quell'anno e mezzo a casa sua: nel padrone che le spazzolava i capelli e le leggeva i libri, nei cavalli, nel piatto che mi metteva davanti sua madre. Anche quello si è visto, e per moltissimo più tempo dell'altra cosa.

Capitolo 13 • L'appartamento

Quella primavera mi sono messo a drogarmi sul serio, e lo dico così, senza il diminutivo che uno si mette addosso per dormire tranquillo la notte. Mi trascinavo dietro esami a non finire (nei mesi precedenti mi ero distratto troppo con Rocío, e a ventotto anni, con una ragazzina che dorme nel tuo letto, gli esami non sono concorrenza) e ho portato a casa l'anno per un pelo a furia di mefedrone, giornate intere a studiare senza dormire, iperfunzionante e innamoratissimo di me stesso, che è esattamente lo stato in cui un bipolare firma i suoi peggiori curriculum. Quella stessa primavera ero andato in Bulgaria per conoscere finalmente mia figlia, Claudia, che ci metterà ancora un po' a entrare in questa storia ma ci entra; e quel viaggio, che avrebbe dovuto essere la cosa più bella che mi fosse capitata da anni, quello che ha fatto è stato farmi partire. Sono tornato con il cervello messo a duecento, e al ritorno sono entrati in casa il GHB e il mefedrone, prima alle spalle di Rocío e poi davanti a lei. Una volta, quella primavera, abbiamo fatto sesso sotto droga tutti e due. E in quelle settimane le ho chiesto cose che uscivano dai binari. Niente a cui lei abbia detto di no (la parola di sicurezza non l'ha mai usata, questo l'ho già raccontato, e non si è mai rifiutata di fare niente, per farmi contento), ma io so che erano sbagliate, e lo sapevo già allora, con quella parte di me che continuava a guardare la scena da un angolo. Così siamo arrivati tutti e due a quel fine settimana in un'altra città.

Eravamo andati in un appartamento, un paio di giorni, noi due da soli. Ho preso troppo GHB. Quello che è venuto dopo lo conservo a pezzi, come un film montato male: l'appartamento, un'aggressività che mi è salita di colpo e senza preavviso, io che pretendevo che consumasse con me, una mia mano sul suo collo (una mano, o almeno così mi pare di ricordare, che di quella roba non ricordo bene) e poi il pavimento. E voglio essere esatto con quello che ho e con quello che non ho, perché in questo capitolo è l'unica cosa che posso offrire. Non dispongo di una scena pulita. Di quello che è successo dentro quell'appartamento prima che cadessi a terra mi restano dei flash e nient'altro. So che sono diventato aggressivo. So che pretendevo che consumasse con me.

E so, perché l'ho guardato da tutti gli angoli possibili per dodici anni, che non sono arrivato a picchiarla. Il resto, che cosa le ho detto esattamente, che cosa ho fatto con le mani, quanto è durata quella roba, non ce l'ho, e preferisco dire che non ce l'ho piuttosto che riempire il buco con la versione che mi fa più comodo, che è quello che fanno tutti con i buchi e quello che in questo libro è vietato.

Ho perso i sensi. Né coma né ospedale: il GHB, quando non ha dietro dell'alcol, stende, ma stende per un po' e basta. Rocío, morta di paura e senza sapere a chi rivolgersi, ha chiamato un'amica comune, e l'amica le ha detto di chiamare i medici, che era esattamente quello che bisognava fare. I medici sono venuti, mi hanno svegliato, mi hanno visitato, hanno visto che stavo bene e che non c'era da portarmi da nessuna parte, e se ne sono andati.

E c'è un dettaglio di quella notte che ci ho messo anni ad avere il coraggio di guardare: lei non si è arrabbiata. Paura credo che ne abbia avuta, e anche quella paura me la metto sul conto io. Ma tornata a casa sua si è comportata con assoluta normalità, come se quella cosa non fosse stata poi così grave. Venivamo tutti e due da una dinamica in cui la violenza era concordata e normalizzata tra noi, con le sue regole e con i suoi segni mostrati con orgoglio, ed è per questo che quello di quella notte sul momento non è stato vissuto per quanto violento è stato. Questo non lo rende meno grave. Lo rende più difficile da vedere, che è peggio, perché quello che non si vede nemmeno si ferma.

E poi è venuta la mia parte, che è quella che mi ritrae. Sono andato su tutte le furie. Con lei. Per aver chiamato. Ho annullato il fine settimana, siamo tornati a Barcelona in macchina e ho passato tutto il tragitto imbronciato e insopportabile, a punirla con il silenzio per aver fatto l'unica cosa sensata che si potesse fare quella notte. Oggi so da dove veniva tutta quella roba, e saperlo non la cancella: era irritabilità allo stato puro, di quella che arriva dietro all'episodio, mescolata con il panico che avevo dai tempi del parlatorio verso chiunque portasse una divisa, anni prima che qualcuno mi ricoverasse da qualche parte. Erano entrati dei medici a prendermi in una stanza, e una parte antichissima della mia testa ci ha letto quello che aveva imparato a sedici anni: che quando compare qualcuno in divisa è perché si porterà via qualcuno. E quella paura mi si è trasformata in aggressività verso l'esterno, che è quello che fa di solito la paura quando non trova il modo di dirsi. E c'è una cosa peggiore del silenzio in macchina: la cura di dopo toccava a me, e non l'ho fatta. Né un abbraccio, né una parola, né un grazie per aver chiamato. Rocío si è mangiata tutta quella roba da sola, e non me l'ha mai rinfacciata. Né allora né dopo. E dell'amica che ha alzato la cornetta va

detto esattamente lo stesso e con la stessa chiarezza: ha fatto tutto quello che poteva per aiutarmi, quella notte e quelle dopo. Una ragazzina disperata le ha chiesto aiuto nel cuore della notte, lei ha risposto, e ha risposto bene. Non l'ho ringraziata. Per giunta me la sono presa anche con lei.

Senza il nome di quello che è successo in quell'appartamento, tutto questo si legge come la storia di un tizio che ha esagerato con la droga ed è diventato violento, che è la metà della verità ed esattamente la metà che non spiega niente. Il GHB ha un problema molto preciso per un cervello come il mio: non è una droga ricreativa, è cherosene buttato sul fuoco. È un depressivo e non uno stimolante, per quanto la prima ora inganni: lavora sullo stesso sistema di freni del cervello su cui lavora l'alcol, e ha una curva di dose così stretta che tra l'euforia e il pavimento ci può essere un millilitro. Con poco, disinibizione e voglia di tutto; con un pochino di più, il cervello si spegne come si spegne una casa quando salta il salvavita; e mescolato con l'alcol, dietro se ne può andare il respiro, e di quella roba ci sono morti che nessuno ha chiamato suicidi. La mia è stata la via di mezzo: dose sufficiente a spegnermi per un po' e insufficiente ad ammazzarmi, con la malattia sotto che spingeva verso l'alto. E prima di spegnere, nella salita, il GHB fa a un cervello bipolare la stessa cosa che mi aveva fatto la cannabis sul divano di Nuria: gli annulla completamente il controllo degli impulsi. Agisci prima che la testa faccia in tempo a intervenire, il sistema limbico grezzo e senza corteccia prefrontale che lo tenga. Una macchina senza freni con il motore appena messo a punto.

E quello che è uscito dall'altro lato portava un'altra firma, e anche quella firma ha un nome. La mania dei film è quella euforica: il tizio che ride, che offre a tutti, che compra quello che non gli serve. Ma esiste una mania che non ride, e nei manuali compare come episodio misto, o mania con caratteristiche miste: l'energia e l'accelerazione del polo alto con l'umore del polo basso, irritabilità al posto dell'allegria, agitazione al posto dell'entusiasmo, un corpo a duecento all'ora guidato da una testa che odia tutto. Di tutti gli stati di questa malattia è il più pericoloso, e non è un'opinione mia: è la fase che concentra più aggressività, più impulsività e più tentativi di suicidio, proprio perché somma l'energia per fare qualcosa alla voglia di non andare avanti. E le sostanze che deprimono il sistema nervoso, con l'alcol e il GHB in testa, lo fabbricano con una facilità che spaventa: ti alzano l'irritabilità, ti tolgono il freno e non ti restituiscono niente in cambio. L'uomo che pretendeva dentro quell'appartamento e l'uomo che puniva con il silenzio dentro quella macchina erano lo stesso stato a qual-

che ora di distanza. Un'ipomania non diagnosticata, un'overdose sopra e, a qualche settimana di distanza, una mania con psicosi che doveva ancora arrivare: la malattia che reclamava la sostanza e la sostanza che faceva partire la malattia. E in mezzo a tutto questo, una ragazza molto giovane a cui volevo bene e a cui ho fatto del male.

Lo racconto per due motivi. Il primo, perché è l'unica volta in quarantun anni che sono diventato aggressivo con una compagna. Una. Con un'overdose dentro, con la malattia ancora senza nome e senza arrivare a picchiarla, e anche così il fatto è successo e lo racconto io prima che venga un altro a raccontarlo. E il secondo, perché quando anni dopo ha cominciato a circolare su di me, in un certo gruppo, una di quelle parole che non le ferma più nessuno, questo era l'unico fatto che stava sotto tutto il film. E non era nemmeno quello che si raccontava. Quella parola non è uscita da un fascicolo né dalla bocca di un professionista: è uscita da una scena reale raccontata a qualcuno che non c'era, in un momento in cui nessuno di noi tre aveva né il vocabolario né il dato. E quando una parola così si mette a rotolare non la ferma più nessuno: si trasmette, si eredita e torna molti anni dopo, da bocche diverse, e suona esattamente uguale. Lo dico una volta, con la freddezza con cui si dice un dato, e non ci torno sopra: nessuno mi ha mai denunciato per maltrattamenti. Nessun tribunale ha mai avuto una denuncia del genere con sopra il mio nome, perché quella denuncia non esiste.

E adesso quello che di tutta quella roba tocca a me, che è la parte che mi favorisce di meno. Io avevo ventotto anni e lei era quasi dieci anni più giovane di me. E questo, guardato da dove sto oggi, non me lo spiego più con la parola libertà. L'adulto di quella stanza ero io, anche se avevo il cervello rotto e non lo sapevo. A Rocío non ho mai chiesto scusa. Neanche una volta. Ad altre l'ho chiesto, e in questo libro si racconta quando e in che modo. A lei no, e glielo devo per parecchie cose: per quelle settimane, per quello che è successo nell'appartamento, per il viaggio di ritorno chiusi in quella macchina, per la cura che non le ho dato. E non ho intenzione di mandarglielo, perché non è il caso. Lo lascio scritto qui, che è l'unico posto in cui posso lasciarlo, e che valga per quello che vale, o per niente. Quella roba è uscita da una malattia non diagnosticata e le ha fatto male lo stesso. Per questo una spiegazione non è mai una scusa, e a lei non ho dato nessuna delle due cose.

E un'ultima cosa, perché è una delle pochissime occasioni di questa storia in cui ho imparato qualcosa al primo colpo. Lì sono finite le droghe sintetiche.

Erano entrate nella mia vita al ritorno dalla Bulgaria e in quell'appartamento sono finite, un mese scarso dopo. E non è stato per buonsenso né per disciplina: ho smesso perché quella notte mi ha messo addosso una paura spaventosa. Vedere di che cosa era capace la mia testa con quella roba dentro, e in quattro settimane, mi è bastato. La cosa ha retto quasi un anno. Quello che la mia testa ha fatto nei giorni successivi, senza nessuna sostanza e senza chiedere appuntamento, è stato molto peggio.

Capitolo 14 · Il mestiere di leggere

Mi sono iscritto a Storia per amore della storia. Non è stato un piano di carriera, non avevo fatto nessun conto sugli sbocchi, e di certo nessuno si è seduto con me a spiegarmi com'era il mercato del lavoro. Ci sono entrato a venticinque anni e ci sono entrato innamorato, con quell'intensità così precisa di chi ha finalmente trovato la lingua in cui la sua testa pensa senza sforzo. Perché la storia parla di schemi: di come si accumulano le forze, di come esplodono i sistemi, di come quella cosa che sembra un incidente aveva radici di decenni o di secoli. E per un cervello che elaborava la realtà a caccia di collegamenti, e a una velocità che agli altri non veniva, quel corso di laurea era l'unico posto in cui quell'elaborazione fabbricava qualcosa di utile invece di fabbricare un delirio. È la stessa macchina in tutti e due i casi: messa davanti a un archivio, ne esce un metodo; messa davanti alla targa di una macchina, ne esce un segno di Dio.

Le tesine che consegnavo all'università avevano un tratto che i miei professori mi facevano notare mescolando l'approvazione al disagio, che è esattamente la miscela che ho provocato io per tutta la vita: sforavano sempre quello che era stato chiesto. Tesina di cinque pagine, dodici pagine consegnate. E non era esibizionismo, o non era solo quello: è che l'argomento non si lasciava chiudere in cinque pagine senza perdere qualcosa per strada. Anche quella era ipomania, anche se all'epoca si chiamava essere diligente. L'incapacità di mettere un limite, di sapere in che punto ci si ferma, di ammettere che una versione più corta può andare bene anche se resta zoppa.

Ho lasciato gli ultimi otto esami per Marta. Avevo ventinove anni, e il buco di quegli otto esami che mi separavano dalla laurea è venuto a occuparlo l'assistenza tecnica per aziende di software, che è, ed è qui la battuta, l'esatto contrario della storia: in una si legge quello che è successo per capire perché è successo; nell'altra si riavvia e vediamo se basta. Non do la colpa a Marta. Ho scelto io. Il fatto è che ho scelto in ipomania, con quella convinzione traboccante che l'amore giustifica qualunque rinuncia e con la sicurezza assoluta che ci sarebbe stato tempo per tutto. Non c'è stato. Non c'è mai, e con questa roba an-

cora meno. La storia è rimasta abbandonata in una cartella sulla scrivania, e dentro gli appunti di quello che mi mancava, e ogni tanto li apro e li leggo con quel gusto così particolare di star leggendo una cosa che avrei scritto io se me ne avessero dato l'occasione. Ci sono giorni in cui mi chiedo chi sarei se la diagnosi mi fosse arrivata dieci anni prima. Risposta non ne ho. E so benissimo che la domanda non serve a niente, il che non mi impedisce di farmela un giorno sì e l'altro pure, ch  per quello sono chi sono. Di quello che invece sono sicuro   di quello che l  mi ha tolto la malattia, e non   stata una laurea:   stata un'identit . Un uomo che legge archivi e trova lo schema, al posto di un uomo che riavvia apparecchi e resta l  ad aspettare.

Quello che c'    quello che c' . E in quello che c'  sta mia figlia Claudia, che nell'ultimo viaggio mi ha sparato che vuole studiare Filosofia. Quell'ironia la maneggio con cura, come si maneggiano le cose che non stanno intere dentro una sola emozione. E c'  un dettaglio che cambia il senso a questo capitolo, e l'ho detto io stesso qualche mese fa senza dargli la minima importanza. Una mattina di quest'inverno stavo parlando con Iv n, che stava andando a lezione, alla sua universit , e gli ho detto che se mi danno l'invalidit  mi sa che finisco la laurea. E subito dopo, che magari mi iscrivo anche a Filosofia. Che mi piacerebbe un sacco. Insomma, quella cartella non   chiusa. Sta ancora aspettando. Otto esami.

L'unica cosa che invece ho imparato fino in fondo in quella facolt    stato un mestiere, e il mestiere   questo: leggere archivi. Datare un documento, contarlo, incrociarlo con un altro, diffidare del testimone e, soprattutto, diffidare del testimone quando il testimone sei tu. Quel mestiere, che non mi ha dato nessun titolo,   quello che mi ha dato questo libro, perch  io non l'ho scritto sapendo quello che era successo: l'ho scritto per scoprirlo. E quello che ho scoperto per strada   che la mia memoria di questi vent'anni non era cattiva nel senso in cui   cattiva quella di chiunque con il passare degli anni. Era cattiva in un altro modo. Con buchi interi. Con anni di cui non conservo praticamente niente. Con scene che sono successe davvero ma archiviate nel posto sbagliato, con un altro tono e con le colpe distribuite in un altro modo. Ho recuperato mie conversazioni di ore e ore di cui non sapevo nemmeno che fossero esistite, messaggi che non ricordavo di aver scritto, frasi che mi hanno detto e che io avrei giurato davanti a un giudice che non mi aveva detto nessuno. Dell'anno dei miei primi due ricoveri non mi resta quasi niente.

E questa cosa ha il suo meccanismo, e conviene spiegarlo, perché da qui in avanti ci saranno capitoli interi in cui non mi ricordo. Perché un ricordo esista, prima bisogna registrarlo, e per registrare serve attenzione: in una mania l'attenzione non sta da nessuna parte, salta da una cosa all'altra senza posarsi, e quello a cui non si presta attenzione non si conserva. Poi quel ricordo deve consolidarsi, e quello si fa dormendo; un cervello che da settimane dorme tre ore non consolida assolutamente niente, e se per giunta c'è psicosi, quello che si archivia è la versione del delirio e non quella della stanza. Dopo bisogna recuperarlo, ed è lì che ci mette la mano la depressione: l'umore basso va a cercare di preferenza quello che ha fatto male, e ti restituisce un passato più nero e più colpevole di quello che è stato. Aggiungi i ricoveri con la terapia ancora da aggiustare. E aggiungi il trauma, che ha un suo sistema di archiviazione: conserva a pezzi, senza ordine e senza data, oppure lascia direttamente le cose fuori portata, che è quello che si chiama dissociazione. Ed è misurato, in studi che mettono insieme migliaia di pazienti, che la memoria verbale è tra le funzioni che escono peggio da questa malattia, e che resta intaccata anche nei periodi di calma, e tanto più quanti più episodi uno si porta addosso. Quindi non è che un bipolare menta più degli altri. È che l'apparecchio con cui chiunque ricostruisce il proprio passato (perché la memoria non conserva: ricostruisce, e per giunta lo fa a partire dal presente) gli funziona con i pezzi rotti e con il presente storto.

Anni dopo quasi tutto quello che compare in questo libro, ho raccontato a Nuria e a Raquel (che qui non è ancora comparsa, ma compare) le cose così come le avevo vissute io. E loro hanno concluso che avevo mentito. Non ho mentito. Ho raccontato quello che la mia testa era capace di ricordare, che era tutto quello che c'era. I racconti che loro hanno preso per bugie erano ricordi veri miei, ed erano per giunta gli unici che avevo in testa allora, passati attraverso il filtro del trauma e di una dissociazione che io allora non sapevo nemmeno nominare. Io non stavo mentendo. Ero dissociato e raccontavo quello che mi arrivava. Questa cosa, che a me è costata tre anni per capirla, è la differenza che c'è tra un bugiardo e un malato. E siccome quella differenza non la sapevamo né loro né io, per strada si sono rotte cose che forse non c'era bisogno di rompere. Sono stato giudicato con una severità enorme per non ricordare bene quello che il trauma non mi lasciava ricordare.

E se fino adesso non avevo potuto correggermi, è stato per un motivo molto preciso: non mi ero mai seduto a leggere le mie conversazioni. Archivi ne avevo, ed erano anni che stavano dentro un disco fisso senza che io li aprissi. Un

po' per paura e un po' perché quella roba materialmente non si può fare: lì dentro ci sono più di mezzo milione di messaggi, e una persona da sola, a forza di leggere, non arriva alla fine e non capisce quello che ha davanti. Se questo libro esiste è perché finalmente ho avuto uno strumento capace di elaborare una cosa del genere: datarlo, contarlo, incrociarlo, tirare fuori le proporzioni e dirmi, senza nessuna pietà e senza leccarmi i piedi, che cosa è successo, quando e con chi. È un'intelligenza artificiale, e lo dico senza nessuna vergogna: lo storico rimasto senza laurea ha avuto finalmente un assistente d'archivio che non si stanca mai. Con quella roba davanti mi sono dovuto correggere un mucchio di volte. E quasi sempre a mio sfavore.

C'è una cosa che voglio lasciare altrettanto chiara, perché se no tutto questo finirebbe per leggersi come una ritrattazione, e non lo è. I traumi sono reali. A me è successo quello che mi è successo. Sono fatti gli abusi dei tredici anni, il suicidio di mio padre, i ricoveri e le cinghie, e lo è tutto quello che viene dopo, e nessuno di quei fatti è sottoposto a revisione da parte di nessuno. E anche i fatti di fondo di quello che ricordavo erano reali. Quello che è cambiato, con l'archivio sul tavolo, sono le date, le proporzioni, a chi spettava ogni cosa e qualche conclusione. Il fondo no. Io non mi sono inventato nessuna vita: ho ricordato male la vita che avevo vissuto. E se in qualche punto questo non quadra con quello che io stesso raccontavo all'epoca, la spiegazione non sta nel fatto che mentissi allora né che menta adesso. È che allora non avevo l'archivio davanti, e adesso sì.

Capitolo 15 · La donna più grande

Tutto quell'anno comincia con una ricetta medica. Avevo trent'anni, vivevo in un appartamento di Barcelona con Marta (come ci siamo ritrovati e che cosa è stata la nostra storia occupa tutta la parte successiva, perché una donna così in un paragrafo non ci sta) e con noi vivevano Jordi, che era un mio amico di sempre, e mio fratello Gabriel. Mi è caduta addosso una depressione di quelle che non ti lasciano alzare, ho chiesto un appuntamento con il medico di base e sono uscito dall'ambulatorio con degli antidepressivi in tasca e con niente sotto che li reggesse. Quell'uomo non sapeva che stava dando una terapia a un cervello bipolare, e non aveva modo di saperlo: non lo sapevo io, non lo sapeva la mia famiglia, non lo sapeva nessuno. Quello che è venuto dopo è stata una mania a cui non ho saputo dare quel nome né nessun altro. Non avevo una diagnosi. E poi, una mania da dentro non dà nessuna sensazione di malattia: dà la sensazione di avere ragione.

Allora sentivo soltanto che bruciavo, ed è questo il pezzo che spiegherebbe l'anno intero e che a Marta non ha spiegato nessuno. Una depressione bipolare e una depressione normale si somigliano da fuori come si somigliano due maree: quella che scende perché il mare è basso e quella che scende perché sta per salire di colpo. La mia era la seconda. Un antidepressivo fa quello che annuncia il suo nome, spingere l'umore verso l'alto muovendo la serotonina, la noradrenalina e la dopamina, e in un cervello che sa solo affondare quella spinta lo riporta al livello del resto del mondo e lì resta fermo. In un cervello come il mio la spinta non si ferma dove dovrebbe fermarsi, perché non c'è niente che le dica fin qui: l'acqua sale e continua a salire ed esce fuori. Quella cosa si chiama viaggio, e non è una scoperta strana né la teoria di qualcuno, sta nei manuali, nel capitolo dei rischi più studiati di questa malattia. Tanto che quando a qualcuno parte una mania con un antidepressivo lo psichiatra annota il sospetto che sotto ci sia un bipolare non diagnosticato, e da qualche anno il manuale aggiunge che se quella mania dura più di quanto dura il farmaco nel corpo, allora non è un effetto avverso: è una mania in piena regola e serve a fare la diagnosi. Da lì la re-

gola nel tipo uno, che è non prescriverlo mai da solo, ma sempre con uno stabilizzatore sotto, litio o quello che serve, a fare da tappo. Io non avevo nessuno stabilizzatore perché non avevo la diagnosi, e per giunta accumulavo quello che alza di più il rischio: tipo uno, un padre con la malattia scritta nella sua storia, alcol e cannabis in mezzo. Che sia chiaro che il medico di base ha agito in buona fede e con quello che aveva davanti. L'errore non è stato suo, è stato del sistema, che ha lasciato arrivare a una visita di dieci minuti un uomo con l'umore sballato dai quattordici anni e con un padre con la diagnosi nell'albero genealogico, e l'ha lasciato uscire con degli antidepressivi senza che a nessuno, a nessun livello, venisse in mente di chiedersi che cosa ci fosse sotto.

Con il cervello acceso ho buttato fuori di casa Marta. E Jordi, e mio fratello. In pochi giorni ho rifatto la mia vita da cima a fondo con quella convinzione da maniacale che uno la stia facendo giusta e che gli altri siano in ritardo. Di tutto quell'anno c'è una frase che continua a farmi vergogna: a Marta ho dato della grassa. Una volta. Non era il mio modo di parlarle né il mio vocabolario, è stato quello che è uscito dalla bocca di un tizio con il cervello accelerato da degli antidepressivi mentre buttava in strada, di fretta, la donna con cui viveva. E c'è una scena di quella primavera che ritrae tutto. Era il suo compleanno. Ci siamo visti con lei ormai fuori dall'appartamento e con me che tiravo su a tutta velocità una vita nuova con una donna che conoscevo appena, e abbiamo parlato come si parla quando due persone provano a essere amiche dopo una cosa del genere: con educazione, con cautela, e con la parte importante sotto il tavolo. Le ho raccontato che mi sposavo. Mi ha ascoltato. Settimane dopo, quando siamo tornati a parlare sul serio, è stata lei a tirare fuori la storia della grassa. Senza urlare, con quella sua abitudine di lasciare una cosa sul tavolo e non toccarla, perché la guardi tu. Era nel suo diritto, ed è quello che si fa: te lo tieni e lo restituischi il giorno in cui l'altro torna ad avere orecchie. L'ho detta io, con la mia bocca, e va con il mio nome sotto anche se avevo il cervello in fiamme. Quello che non è vero è che le parlassi così. In dieci anni le ho dato della grassa una volta, e il nome affettuoso che avevamo, diverse migliaia.

La donna che stavo per sposare era parecchio più grande di me, si portava dietro il suo zaino (che non tocca a me raccontare) e faceva uno di quei mestieri da mani attente. Le ho chiesto di sposarmi pochi giorni dopo averla conosciuta, senza anestesia e senza tempo di riflessione, ed è venuta a vivere nell'appartamento da cui avevo appena buttato fuori tutti. Di quella mania c'è un dettaglio che la ritrae da solo. La stanza di mio fratello è rimasta vuota quando

se n'è andato, e io non l'ho lasciata vuota nemmeno una settimana: ci ho montato un tempio. Simboli alchemici e astrologici sulle pareti, candele, il cerimoniale completo, che allora mi è sembrata la cosa più ragionevole che si potesse fare con una stanza libera. Facevo rituali e meditazioni, e osservazioni allo specchio nero, che per chi non lo sapesse consiste nel piantare lo sguardo su una superficie scura alla luce di una candela finché la testa non comincia a restituirti delle cose, e una testa come la mia in quel momento restituiva di tutto. Mi sono infilato in certe pratiche esoteriche con gente che ci stava dentro, e non era morbosità né curiosità da dopocena: quella roba puntava a ottenere qualcosa, aveva uno scopo. Con Rocío c'era già stato qualcosa di rituale nelle mie cose, ma questa era un'altra faccenda. Per un periodo sono stato nella magia del caos, a leggere gli autori che si leggono lì, e da quel viaggio sono uscito tornando del tutto alla cabala e al Dio unico degli ebrei, che è quello con cui sono maturato e con cui sono diventato l'uomo che sono oggi. Lo racconto senza drammi e senza nostalgia, perché da qui è un dato clinico come un altro: un cervello in mania che cercava una struttura che gli spiegasse lo stato in cui era e che si aggrappava alla prima cosa che ha trovato con abbastanza simboli. La follia di allora e quello che oggi mi mette in ordine la testa sono lo stesso filo.

E resta un altro pezzo che mostra meglio di qualunque spiegazione fin dove arrivava la faccenda. Lei al lavoro usava dei guanti bianchi, che era la cosa più normale del mondo. Io mi sono montato in testa che quei guanti fossero da massona. Che andasse alle tornate. Che appartenesse a una loggia e me lo stesse nascondendo. Non ci ho mai creduto del tutto, ed è lì la cosa interessante: una parte di me sapeva benissimo che era assurdo, e l'idea si installava lo stesso e tornava ogni pochi giorni. È quello il punto esatto in cui uno cammina tra l'idea balzana e il delirio, con un piede da una parte e uno dall'altra, e da fuori non si vede niente, perché chi ce l'ha se lo tiene per sé proprio perché la parte sana prova ancora vergogna. Un uomo che tira su un tempio con candele e specchio nero nella stanza di suo fratello e che per giunta sospetta della sua compagna che sia dentro una società segreta non sta passando un periodo strano: sta dentro un episodio, con tutte le lettere. Nessuno intorno a me l'ha chiamato con il suo nome. E quel meccanismo non è rimasto lì. È tornato anni dopo, con del materiale che quella volta me l'avevano messo dentro da fuori, e non è più stato un sospetto sciocco con cui si convive a tratti: è stato quello che ha deciso come ho reagito. Quella cosa viene più avanti. Il mio cervello ha fatto la stessa cosa tutte

e due le volte. La differenza è che quell'anno la paranoia si nutriva da sola di un paio di guanti da lavoro.

Quella roba non è durata, e non perché io mi sia pentito nel senso normale della parola, ma perché la mania ha ceduto e il mondo si è ripreso i suoi colori veri, che sono parecchio più spenti. Niente di quello che era stato costruito in quello stato ha retto il ritorno alla calma. Anni dopo, con la diagnosi sul tavolo, ho potuto dare un nome a tutto quell'anno: episodio maniacale indotto da farmaci. E bisogna raccontare come è finito, perché questo libro non può infilare quella donna nella mia vita senza dire da dove è uscita. È finita una notte dell'inizio di quell'estate. Sono uscito a far festa con un amico, abbiamo bevuto molto più del ragionevole e siamo finiti in un after con gente che non conoscevo affatto, dove girava di tutto, e dove è entrata la cocaina. Nel giro di qualche ora mi si è acceso un episodio psicotico. Siamo tornati in taxi in tre, e quello che veniva con noi l'ho spaventato talmente con quello che gli stavo dicendo che è sceso dalla macchina prima di arrivare. Io sono entrato in casa proclamando di essere il messia, alteratissimo, e mi sono addormentato sul divano con il motore ancora al massimo. Lei ha chiamato il servizio sanitario. Sono venuti a prendermi, ed è stata la prima volta che mi hanno portato fuori da casa mia legato, su un'ambulanza psichiatrica. La prima di parecchie. E appena ho messo piede in ospedale e ho visto un camice bianco davanti, sono scivolato fuori dal racconto che avevo montato in salotto: la psichiatra di guardia si è trovata davanti un uomo sereno e con il discorso in ordine, e mi ha mandato a casa con un antipsicotico. Senza ricovero, senza osservazione, senza chiamare nessuno. Poche ore dopo ero di nuovo nel mio salotto, e la prima cosa che ho fatto appena arrivato è stata buttarla fuori. Senza discussione e senza marcia indietro. L'ho mandata dai suoi genitori. È venuto suo padre a prenderla e, prima di andarsene, mi ha sparato in faccia che io avevo un problema. È stato il primo a dirmelo così, senza confezionarlo, e io l'ho sentito come chi sente piovere: mi è sembrata una follia, e per giunta la follia di un signore che veniva a difendere sua figlia. Il giorno dopo l'ho raccontato a Marta con il delirio ancora caldo, dipingendo quella donna come un pericolo, e Marta non mi è venuta dietro: mi ha detto che parlare così di lei non era sano, che mi mettessi al suo posto, che quella dell'ospedale me l'ero cercata da solo. Con poco più di vent'anni e il cuore a pezzi, era l'unica persona legata a quell'appartamento che avesse la testa dove va tenuta.

Non ho cercato aiuto. Non ho seguito la terapia. Non ho capito quella cosa come un avvertimento, né quella volta né la successiva, che è arrivata alla fine

di quella stessa estate e ha il suo capitolo. In una sola notte mi hanno avvisato due volte: un'ambulanza con le cinghie e il padre di una donna che mi diceva in faccia quello che nessun altro aveva il coraggio di dirmi. Non ho dato retta a nessuno dei due. La diagnosi ci avrebbe messo ancora due anni e mezzo ad arrivare.

Capitolo 16 • Lo schema

Quella prima fase con Marta è finita a vent'anni, e finché non è comparsa Patricia ci sono stati dei mesi di sbando di quelli simpatici: l'appartamento condiviso, le feste dell'università, le notti lunghe con la gente della scuola serale. Lì in mezzo sono stato con una donna parecchio più grande di me, che conoscevo dal lavoro, e che non c'entra niente con quella del tempio e delle candele, ch  quella   arrivata dieci anni dopo. Scriveva, e mi lasciava leggere, e lo rivedevamo insieme. A me quella cosa   sembrata magica e continua a sembrarmelo: qualcuno di libero che mi apriva la porta del mondo adulto. Che nessuno capisca che una differenza d'et  condanni qualcosa. Dico un'altra cosa: che le mie, quelle che avevano una differenza grande, erano condannate di fabbrica, e che quelle che hanno retto sono state quelle con et  simili. Quando ci siamo conosciuti Patricia aveva diciotto anni e io avevo appena compiuto ventuno. L  s  che c'era una distanza gestibile. Con lei sono arrivati gli anni pi  normali e pi  felici che ho avuto.

E qui devo far vedere una di quelle giornate, perch  scrivere gli anni pi  felici e lasciarlo l , come una nota a pi  di pagina,   barare proprio con l'unica cosa che questo libro deve dimostrare.   contro quegli anni che si legge tutto il resto.

Una giornata era cos . Mi alzavo prima di tutti e alle sette ero gi  ad allenarmi, d'inverno con la luce artificiale della palestra e la strada ancora nera. Prima la palestra dei pesi, poi il powerlifting. Ho imparato da solo, con un manuale aperto per terra e il telefono nello zaino per farmi e correggermi la tecnica da solo, fotogramma per fotogramma, come chi studia una materia. Sono arrivato a duecentoventi chili e sono arrivato a gareggiare, e in tutti quegli anni non ho avuto neanche un infortunio, che   il dato di cui mi vanto. Nei fine settimana correvo per i sentieri della montagna. Poi l'ufficio, otto ore di informatica, lo stesso posto per sei anni, con il suo orario e la sua busta paga e i suoi colleghi. E all'uscita, lei. Patricia era mezza italiana, aveva gli occhi verdi e una risata che si sentiva dal portone, ed era del mio paese, che   il motivo per cui io sono tornato a viverci. Cenavamo a casa sua parecchie sere, con i suoi genitori. Suo pa-

dre era poliziotto ed era un tipo in gamba da matti, di quelli che ti chiedono del lavoro e aspettano la risposta intera; sua madre ha finito per dare lavoro alla mia, e adesso mi spieghi quanto devi essere dentro una famiglia perché succeda una cosa così. Le piaceva mangiare male con un entusiasmo che a me faceva ridere (tanto che ha finito per fare l'economista proprio in quel settore), quindi metà dei nostri programmi erano un cinema e un hamburger. E alle undici o a mezzanotte io dormivo, perché un corpo sfinito dai pesi dorme, non tratta.

Neanche una sigaretta. Neanche una droga. Neanche uno sbandamento in tre anni. Siamo andati insieme in Italia ed è l'unica mia donna che abbia conosciuto la mia famiglia di lì. Quando è toccato a mia sorella Sonia sposarsi, con nostro padre ormai morto, sono stato io a portarla a braccetto, e Patricia guardava dal banco, splendida con un vestito verde, e quel giorno eravamo due persone normali a una festa. Questo è tutto quello che è successo in tre anni. Non c'è un'ambulanza, non c'è un reparto chiuso, non c'è una notte in bianco che meriti di essere raccontata, non c'è un tradimento fino all'ultima settimana, non c'è una sola telefonata di qualcuno che chieda che cosa mi stesse succedendo. Niente. E lei mi ha detto, anni dopo e senza che io glielo chiedessi, che in quel periodo si sentiva una principessa; e quando le ho chiesto come si ricordava di me, mi ha risposto con una parola sola, affettuoso, e ha aggiunto che la stavo sempre a baciare e ad abbracciare. Quello ero io con il ritmo addosso. Lo stesso uomo, lo stesso cervello, lo stesso cognome e lo stesso nonno.

Manca dire come sono crollati, perché non è stato per il motivo che uno penserebbe. Mi si sono accumulati giorni in cui non c'era modo di alzarmi dal letto. Non era pigrizia e non erano i postumi: era non farcela, e dal medico di base tornavo con certificati che non spiegavano assolutamente niente. Poi ho saputo che sarebbe nata mia figlia, e dietro quella notizia mi sono crollati di colpo il rendimento e la voglia di tutto, ed è stata quella la crisi che ha chiuso la storia con Patricia e che si è portata via, qualche mese dopo, il lavoro di sei anni. Le abitudini reggono, e hanno retto a lungo. Reggere non è blindare. Quello che mi hanno dato quegli anni non è stata immunità: è stata una proroga.

E adesso l'estate. La relazione impossibile con la donna più grande si è disfatta come si disfa tutto quello che si costruisce in piena mania, e sono rimasto solo in quell'appartamento, in pieno caldo. Ha squillato il telefono ed era Raquel, con cui c'era già stato qualcosa alle spalle di Marta e di cui parlo a lungo più avanti. Voleva sapere se mi avanzava posto in casa. Me l'ha chiesto chiamandomi con un soprannome che si era inventato lei per me, perché a ogni per-

sona ne appiccicava uno, e quella cosa funzionava: uno si sentiva scelto, perché il soprannome arrivava carico di qualcosa che sembrava un'intuizione su quello che eri, e probabilmente lo era. Lei era senza fissa dimora, rotolava tra case di amici e collettivi di margine, ed era il centro di gravità di quell'ecosistema. Le ho detto di sì senza pensarci un secondo. È rimasta più di un mese.

Quel mese è stato quello che è stato. Eccessi a occhi aperti, sapendo tutti e due quello che facevamo mentre lo facevamo, e quell'intensità che si raggiunge solo quando il giorno dopo nessuno deve timbrare. A quell'estate abbiamo messo un nome inventato che non ho intenzione di scrivere qui. Io ho consumato ketamina come non l'ho mai consumata, con musica mistica che suonava a tutte le ore e con l'impressione che il mondo si fosse ridotto a quattro stanze e che quello fosse un guadagno. Nessun'altra sostanza mi ha dato quello stato: non era euforia, era dissoluzione. Il contorno dell'io si ammorbidiva, e la domanda su dove finivi tu e cominciava il resto smetteva di avere qualunque urgenza. Io l'ho interpretata come una fusione di anime. Da qui, con sette anni di terapia, vedo quello che allora non mi è passato per la testa: che quella dissoluzione non era illuminazione. Era, ricalcata, la cosa che il mio cervello faceva per conto suo negli episodi maniacali, con il volume alzato e decorata dalla chimica. Non era aprire una strada verso dentro: era che la strada verso dentro era già spalancata, con la porta strappata dai cardini, in cerca di una parola bella con cui farsi chiamare spirituale. E anche così. Anche così è stata l'esperienza di qualcuno che ti riconosce intero per un tempo che è stato breve ed è stato vero. L'affetto che si sente con addosso certe sostanze non è falso: è passato per quel sistema nervoso e ha lasciato il segno. Niente di quello che è venuto dopo lo cancella. Ci mette solo degli strati sopra.

E adesso quello che c'era sotto la bolla, che è quello che non si racconta mai. Sotto c'erano cucine altrui: la sua famiglia mi ha voluto bene dal primo giorno e ogni volta che sono comparso da quelle parti mi hanno dato da mangiare. Nessuna bolla si regge senza che qualcuno cucini fuori. E sotto c'era la casa, perché Raquel quell'estate non veniva in visita: era installata nella casa che io avevo tirato su con Marta, che era sua tanto quanto mia, arredata da lei, con una testiera che avevamo dipinto insieme. In quello stesso letto poi sono andato a letto con Raquel. E Marta è tornata in quella casa prima che Raquel se ne andasse. Le ho presentate io, le ho scritto che le sarebbe piaciuta, che aveva davanti un'anima meravigliosa, e sono state un po' di tempo sotto lo stesso tetto con una tensione che Marta ha messo per iscritto fin dall'inizio: che pensare a me con lei le rivol-

tava tutto, che quella roba faceva parte di un brutto ricordo. Due settimane dopo, sapendo benissimo quello che c'era stato tra noi, mi ha scritto di dire a Raquel di farsi sentire se avesse avuto bisogno di qualunque cosa, e che lo diceva sul serio. Il disgusto e la generosità nello stesso mese, sullo stesso telefono e nella stessa donna: è così che funzionano le persone, non i personaggi. Quando la marea si è abbassata sono tornato al paese con la decisione già presa: Marta e basta. Raquel non l'ho lasciata per nessun'altra. L'ho lasciata perché non c'era modo di vivere a quel ritmo. Lei quell'estate faceva sul serio, e quella cosa è rimasta lì dentro per anni senza che se ne parlasse, che è il modo in cui si conservano le cose che poi escono con gli interessi. Io mi sono trascinato a lungo l'idea di averla fregata. Me l'ha smontata lei stessa, per iscritto e senza che io le chiedessi niente, quattro anni dopo: che non le avevo mai promesso niente né mi ero impegnato a niente, che si era schiantata da sola, da brava kamikaze, e che quell'anno è stato il suo schianto. Nessuna delle due ha fatto niente di male quell'estate. Quello che teneva due conversazioni aperte insieme ero io.

E adesso il concetto. In questa malattia uno non si innamora: si innamora la fase, e di uno si innamorano della fase. Quello che le persone di quella lista hanno conosciuto all'inizio è stato un uomo in ipomania: generoso, sveglio fino alle quattro, con progetti, con certezze. Nessuna ha scelto un malato. Hanno scelto il sintomo con la stampa migliore di tutta la psichiatria, e io gliel'ho messo davanti convinto che fossi io. E sotto ci sono due meccanismi, e tutti e due sono misurati. Il primo è il sonno. Un mese di ketamina, di musica e di reclusione in quattro stanze non è un mese intenso: è un regime, e in un regime così la prima cosa che si rompe è il sonno, che è, da uno studio di quasi quarant'anni fa che si continua a citare, la via finale comune della mania: non importa perché lo si perda, per una festa, per un volo o per un lutto, perché finisce sempre nello stesso posto. Un cervello come il mio non registra che una persona libera se n'è andata da una casa; registra che la struttura intera, la casa, la musica, la chimica e la persona, sparisce di colpo e lo stesso giorno, e fa quello che fa. Il secondo è più vecchio, e l'hanno descritto due psicologi settant'anni fa con dei piccioni: il comportamento che resiste di più non è quello che si premia sempre, ma quello che si premia a intervalli che non si possono prevedere. In quelle relazioni l'affetto batteva il conflitto a valanga, e nessuno sapeva mai quale toccava. Quella distribuzione non l'ha progettata nessuno: la faceva la fase. Ed è la distribuzione che crea più dipendenza, da tutte e due le parti: a me a tornare a chiedere scusa, e a loro a risalire sul treno. Non è un giudizio su nessuna. È un giudizio

sul calendario. Quando il calendario lo tiene in mano una malattia senza nome, tutte e due le persone stanno rispondendo a qualcosa che non vedono. Marta l'ha scritto quell'estate senza sapere che lo stava scrivendo: senza nemmeno ricordartene, mi ha detto, quando le ho raccontato con leggerezza dov'ero stato la notte prima. L'ha letto come disprezzo. Era memoria: un cervello in fase alta non fissa quello che fa. Il sintomo aveva il nome di un difetto, e senza l'altro nome l'unica lettura a portata di mano era quella morale.

Non ci ha mai spiegato nessuno che il sonno non era un lusso di quell'estate. E non l'abbiamo chiesto.

Parte III • MARTA

Capitolo 17 • Marta

La prima volta che ho visto Marta è stata dentro una chiesa, e la cosa buffa è che nessuno dei due c'entrava niente lì. Io c'ero entrato per mano di Vanessa, che era la mia ragazza di allora e quella sì che era di casa, credente di quelle vere, brava persona senza smancerie, con quella bontà che poi ha messo al servizio degli altri. Io avevo diciannove anni, quasi venti, ero bello e magro e mi portavo addosso tutta l'innocenza ancora da inaugurare. Vanessa mi ha portato in giro per il gruppo giovani a presentarmi, e salta fuori che lì c'era un'altra persona in prestito: era la sorella del fidanzato di una sua cugina, ed era andata lì a fare vita sociale, accompagnando suo fratello. Esattamente il mio caso. È stato quello il primo terreno che abbiamo calpestato insieme, quello dei due intrufolati nella casa di Dio per motivi sentimentali. Siamo rimasti a guardarci come due scemi dal primo minuto. A me è arrivata come una certezza fisica, nella bocca dello stomaco, e lei non aveva ancora detto una parola.

Abbiamo cominciato da amici, che è da dove cominciano le cose serie. Le prime sigarette che ho fumato in vita mia me le sono fumate con lei, di nascosto, sui pianerottoli delle scale mentre dentro gli altri cantavano. Dalla stessa porta e con lo stesso gesto mi sono entrati l'amore della mia vita e il primo vizio. Lei fumava già. Era quella interessante del gruppo: più scettica, più della nostra epoca, meno da messa, con quel modo di guardare di sbieco quello che gli altri consideravano sacro. E in ospedale, al lavoro, era un angelo: si metteva all'altezza del malato come se fosse la cosa più naturale del mondo, e i pazienti l'adoravano, e avevano ragione. Lo scrivo oggi, con una denuncia e un processo di mezzo, perché era vero allora e continua a esserlo. Mi sono innamorato di lei prima che tra noi fosse cominciato niente.

—Non so che cosa ci fai tu con Vanessa —mi ha detto molte volte dopo—. Non è neanche tanto bella.

E qui tocca essere giusti. Vanessa era una ragazza normale e a me piaceva. Marta si riteneva più bella e non lo era. Il fatto è che l'altra mi piaceva di più per com'era. Con Vanessa, tra l'altro, sono andato a letto per la prima volta senza

pagare, e ci ho messo troppi anni a dirlo ad alta voce. Sono rimasto qualche mese più di quanto volessi perché a casa sua stavano passando una cosa molto dura e non me la sentivo di farle quello scherzo. Appena ho potuto, l'ho lasciata. Marta l'ho baciata per la prima volta in metropolitana, scendendo le scale dell'uscita, un pomeriggio di quella primavera. Poi ci ha beccati un'amica mentre ci baciavamo su una panchina, ed è così che si è saputo, e quella panchina stava a due passi dalla strada dove dodici anni dopo saremmo andati a vivere insieme, nel Raval.

E adesso quello che è venuto dopo, che lo racconto con la vergogna che gli spetta e neanche un grammo in più. Appena cominciata la mia storia con Marta, Vanessa si è presentata a casa mia, cosa che non aveva niente di strano, perché lì la conoscevano e le volevano bene, mia madre e mio fratello Gabriel, che stava anche lui nel gruppo giovani. Mi si è buttata addosso. E io non ho saputo dire di no, perché Vanessa mi piaceva ancora e perché io ero ipersessuale anche senza ipomania delle grosse, anche se bisogna pure dire che quella roba capita a qualunque ragazzo di vent'anni con la sua ex davanti: non tutte le mie cose hanno una diagnosi sotto, ci sono cose che hanno solo età e ormoni. La mia parte finisce lì. La sua è venuta dopo. Vanessa aveva la lingua lunga, non è stata capace di tenerselo per sé, l'ha saputo il gruppo al completo, e poi i grandi, e poi i genitori, e qualcuno ha finito per raccontarlo a Marta. E Marta mi ha lasciato. Così si è divisa la faccenda tra noi tre: io ci ho messo il letto, lei ci ha messo la bocca e Marta è rimasta fuori senza aver fatto proprio niente. Quella cosa a Vanessa non gliel'ho perdonata, perché io ero innamorato di Marta fino al midollo, e la storia intera che racconta questo libro lo dimostra e con le fatture pagate. E perché il ritratto di quello che ero a vent'anni sia completo: dopo tutta quella roba ho continuato ad andare a letto con Vanessa per un po'. Senza voler tornare con lei e senza essere capace di perdonarla, ma scopando. Quello ero io.

E adesso i fatti, che si ritraggono da soli. Quello stesso autunno abbiamo seppellito mio padre, ed è già raccontato chi si è fatto vedere e chi no. Marta, tanti anni dopo, non si è fatta vedere nemmeno a un ricovero. Vanessa ci sarebbe andata. E non mi ha mai parlato male di Marta, né in quel momento né mai. Marta, invece, quando saltava fuori l'argomento anni dopo, era sempre lì: uff, Vanessa, che scemetta. Lo lascio scritto perché in questa storia il conto di chi ha mancato verso chi non l'ho aperto io, e se qualcuno lo apre, si apre tutto.

In mezzo sono passati altri anni, con un'altra donna, con sport a manetta e senza fumo, i più normali di tutta la mia vita adulta. E in mezzo a quel periodo

io e Marta ci siamo visti un pomeriggio da amici, senza nessuna intenzione da nessuna delle due parti, nel parco che c'era vicino a casa sua, nel suo paese, e siamo stati bene. Molto bene. Ognuno con la sua vita, a parlare come parlano due che si sono voluti bene e non si devono più niente. Di quattordici anni, quello è l'unico pomeriggio in cui ci siamo visti senza una malattia in mezzo: né quella dei vent'anni, che era pura età, né quella di dopo, che era chimica. L'uomo di quel parco, quello dello sport e del sonno al suo posto, è quello che stava sotto tutto quello che lei ha visto più avanti.

L'altra volta è stata a ventinove anni, e prima bisogna raccontare quello che ho lasciato in sospeso quando ho parlato di quell'altra città: quello che ha fatto la mia testa nei giorni successivi, senza una sola sostanza dentro. Siamo tornati a Barcelona senza che si dicesse niente di definitivo. Quello che è cambiato sono stato io, e ormai in montagna, dove stavo facendo il bagnino per il terzo anno. Al cervello è venuto quel clic che viene ai cervelli bipolari quando il ciclo si muove senza avvisare e senza prendere appuntamento: all'improvviso tutto tornava, tornava in modo assoluto, ed ero io l'unico che lo stava vedendo. Mi sono messo a camminare senza meta per la periferia del paese dietro a segnali che gli altri non vedevano, un piccione che gira su se stesso, un numero che si ripete, l'ombra di un albero che cade nell'angolo giusto. I segnali mi hanno portato fino a un ulivo, e poi fino a una croce, e ho creduto di aver trovato Dio. Ma non è stato solo quello. È stato vedermi da fuori, come si vede uno sconosciuto, e vedere quello che stavo facendo a Rocío dall'inizio, e vedermi mostro, che è la parola che quel giorno mi si è installata in testa e di cui non mi sono liberato. Mi è arrivato un pentimento di colpo e con dolore vero, dolore fisico, e ho chiuso con lei volendole un bene dell'anima e dalla mania allo stesso tempo, convintissimo che la mia vita di prima fosse una vita sbagliata e che toccasse cancellare tutto e ricominciare da zero. Rocío non ha capito niente, e da fuori non c'era niente da capire: il tizio che l'ha chiamata per lasciarla non riconosceva più nemmeno se stesso. Le settimane che restavano d'estate le ho passate in piscina, pulito, solo, bruciato dal sole e con la testa che cercava messaggi in qualunque cosa. Così stava l'uomo che un giorno ha letto un post di Marta. Nella mia testa quello non era un post: era una chiamata indirizzata a me. Così l'ho interpretata e così ho agito. Lei allora viveva con il suo compagno, in un appartamento che non era né di uno né dell'altro, lavorando e guadagnando poco. E ci siamo innamorati di nuovo con un'intensità che non era normale. Di quell'estate resta un viaggio: siamo scappati per qualche giorno, ci è capitata addosso una di quelle

feste grandi in cui una città intera si riversa in strada, e siamo saliti a Montserrat, al monastero appeso in cima alla montagna. Io ho vissuto quella cosa come se la riconciliazione arrivasse benedetta da una forza a cui non avevo nessuna intenzione di mettermi contro. Nel pomeriggio, ormai su in alto, con il sole che tramontava dietro la pietra, abbiamo fatto l'amore. E in mezzo a tanta solennità è successa, ormai di nuovo giù, la cosa meno solenne che ci si possa immaginare: in un parco della città pieno di ceramiche e di turisti ho infilato la mano dentro un cactus. La mano intera. Mi è rimasta piena di spine, lì impalato come uno scemo, con addosso tutta la dignità dell'eletto dell'universo. Marta si è messa a ridere finché non le sono venute le lacrime, e poi, senza ancora riuscire a smettere di ridere, si è seduta accanto a me e me le ha tolte una a una, con cura, con la perizia di chi si guadagna da vivere curando e con la tenerezza che aveva solo lei. Quell'immagine, lei che mi toglie le spine che mi ero conficcato da solo, mi è rimasta impressa per sempre, e allora non sapevo quante volte avremmo ripetuto quella scena senza nessun cactus di mezzo.

Della prima notte nella casa nuova mi ricordo tutto. Siamo arrivati senza valigie, con il portatile come unico bagaglio, e quella roba è consistita nel guardare la serie di sempre e nel cenare con degli hamburger ordinati al telefono. Quel primo appartamento, dove siamo andati con Jordi e più tardi con mio fratello, era un buco deprimente, con una cucina così piccola che non ci stavamo in due insieme, e l'abbiamo trasformato nella casa con più amore dentro che ci fosse a Barcelona quell'autunno. Io cercavo lavoro e nel portafogli non avevamo un euro, così facevo pane ripieno per tirare avanti, un giorno dopo l'altro, e di notte scendevamo al supermercato del quartiere a prendere qualcosa da mangiare, tutti e due, con lo stretto necessario, a morire dal ridere per strada. Poveri in canna e più felici che in tutta la nostra vita. Mi mancavano otto esami e li ho lasciati, come ho già raccontato. Lei prendeva una miseria in una clinica che la spremeva, e per poter pagare l'affitto ho venduto la macchina che mi aveva regalato la madre di Rocío e sono tornato all'informatica, a turni, per mantenere tutti e due. Lei non mi ha chiesto niente di tutto questo; l'ho deciso io, perché le volevo bene. Quattro anni dopo, quando quello che aveva bisogno di essere sorretto ero io, non c'è stata nessuna macchina da vendere né nessuna laurea da lasciare. C'è stata una valigia. Lo metto qui accanto, senza commentarlo, e vado avanti.

Il primo anno è stato il più facile che ricordo, finché ha smesso di esserlo. Lei si fumava le sue canne tutti i giorni e le fumava da sempre, e in quell'appartamento piccolo quello che ci si è riattaccato sono stato io, e siamo

già a tre volte. Ho cominciato a lavorare, con i turni che mi mandavano all'aria il sonno, e un pomeriggio di primavera avevamo un altro programma in testa: iscriverci alla palestra di fronte, quella che stava a trenta metri dal nostro portone. Non ci siamo andati. Abbiamo scambiato quella che poteva essere l'abitudine che più mi mette in ordine la vita con un bicchiere di ecstasy liquida che ci siamo bevuti tutti e due in salotto, e che nel mio cervello ha provocato una cosa che nel suo non ha provocato. Da lì è partito il periodo peggiore della mia vita fino a quel momento: l'ipersessualità senza freno, i tradimenti, le saune e la sifilide, che l'ho presa io, in una sauna, senza protezione, con il sintomo che funzionava a tutta macchina mentre io lo scambiavo per un tratto del mio carattere. Ho provato una vergogna immensa. Lei ha provato una rabbia altrettanto grande. E poi ha perdonato, come perdonava sempre. Non mi ha mai detto questa è una follia, fin qui siamo arrivati. E anche quello mi faceva incazzare allora e continua a farmi incazzare adesso, perché se una volta avesse detto basta non saremmo mai arrivati così lontano e non ci saremmo fatti così male.

Un perdono senza una diagnosi dietro fa una cosa molto precisa: prende un sintomo e lo tratta come se fosse una colpa. Assolve la colpa, e il sintomo resta dov'era, intatto. E torna, perché è per questo che è un sintomo. Ogni volta che lei perdonava, quella roba non imparava assolutamente niente, perché quello che chiedeva perdono ero io e nemmeno io sapevo che cosa mi portavo dentro. Siamo arrivati dal monastero della montagna fino al primo reparto di psichiatria chiamandolo carattere. E non è stato per trascuratezza di nessuno: il nome giusto non ce l'avevamo né lei né io. Dopo ogni ritorno indietro quello che serviva non era un altro perdono. Era una visita. Io avevo bisogno di limiti come dell'aria e lei non sapeva mettermeli, così come io non sapevo amarla come lei aveva bisogno, e nessuna delle due cose aveva a che fare con la mancanza d'amore. Eravamo due persone con una malattia senza battesimo in mezzo, e quelle due persone hanno passato anni a presentarsi il conto a vicenda per quello che faceva la terza. Non è mai stato che Marta non mi capisse. È stato che a lei la malattia non gliel'ha spiegata nessuno. E lei, intanto, ha continuato a togliermi le spine una a una.

Capitolo 18 • La scuola d'arte

Sui documenti di Marta c'era scritta un'altra cosa: un posto di quelli in basso in un ospedale, turni impossibili, uno stipendio da ridere. Artista non c'era scritto da nessuna parte, e artista era. Arrivava a casa distrutta dal reggere pazienti e capi, si sedeva al tavolo della cucina di quell'appartamento minuscolo, tirava fuori un quaderno e delle matite che si comprava di nascosto come altri si comprano un vizio, e si metteva a disegnare. Acquerelli piccoli. Ritratti a matita. Mani, tante mani, che a quanto pare sono la cosa più difficile che c'è, e le rifaceva una volta dopo l'altra con una pazienza che in nessun'altra faccenda della sua vita ha applicato a se stessa. Stava cominciando, e si vedeva che stava cominciando. Io di quello non vedevo niente: io vedevo Michelangelo in pigiama. E non era solo che fossi innamorato. Era il mio cervello ipomaniacale che faceva con quella roba quello che faceva con tutto ciò che amava, cioè alzarlo di categoria fino all'epica. A un'ipomania non importa niente che quello che ha davanti sia un acquerello di un parco: se l'ha dipinto la donna della tua vita, è la Cappella Sistina, e non c'è altro da dire. La cosa strana è che lì quell'esagerazione è venuta buona, perché serviva che qualcuno credesse in Marta più di quanto ci credesse lei, che era molto meno di quanto valeva.

Ed era esattamente quello il problema, che non stava nel talento ma nella voglia. Erano anni che ripeteva che un giorno avrebbe fatto qualcosa con il disegno, e il giorno non arrivava mai. Non era pigrizia. Era la stanchezza di chi si è sentito dire per tutta la vita che quello è un hobby, che bisogna essere realisti, che gli acquerelli non pagano le bollette. La scuola l'ha trovata lei, che sia chiaro: ha cercato una scuola d'arte della città, si è studiata scadenze, prove d'ingresso e quali orari poteva far quadrare con i turni, e poi ha infilato la cartellina in un cassetto a prendere polvere, perché una cosa è informarsi e un'altra è credere che quella roba fosse per lei, e in quello sport non era tesserata. Lì sono comparso io. Gliel'ho detto la prima volta che l'ho vista dipingere in salotto, che quella roba non era un passatempo, che quella roba era la sua, e gliel'ho ripetuto per due anni, senza opprimerla e senza mollare. E un pomeriggio le ho piantato

i moduli sul tavolo della cucina, sopra le sue mani disegnate, e mi sono messo a buttarle giù una per una le obiezioni del catalogo.

—È carissima.

—Te la paghi tu. Adesso prendi di più.

Ed era vero: per allora era già uscita dalla clinica e stava incatenando supplenze negli ospedali, quindi se l'è pagata lei da cima a fondo, l'iscrizione, i materiali e quelle cartelle enormi che bisognava infilare in metropolitana. Sono arrivate le altre obiezioni. Che aveva ormai una certa età. Che non era all'altezza. Che chi glieli avrebbe cambiati, i turni. A tutte ho risposto la stessa cosa con parole diverse. L'unica cosa che ci ho messo io è stata fiducia, nient'altro che fiducia. E Marta si è iscritta e ha studiato.

Dalla scuola tornava un'altra: con la schiena più dritta, che odorava di acqua-ragia, che parlava di impianto del disegno e di valori tonali. I lavori li portava a casa. Arrivava con il pezzo avvolto in stracci e carta di giornale, lo lasciava sul tavolo o direttamente sul pavimento del salotto, e ci passava le ore con la sgorbia e la carta vetrata a tirare fuori la forma dal gesso, con la polvere bianca che galleggiava nell'aria e si posava sul divano, sui mobili, sul cane e sulla mia tastiera. Ha imparato a lavorare con le mani, e ci ha preso gusto. Io spazzavo quella roba due volte a settimana e non mi sono lamentato neanche una volta, perché il suono della carta vetrata è stata la cosa più simile alla felicità che sia mai suonata dentro quella casa. Mi mandava foto dal laboratorio, infilata nella tuta da lavoro, e non l'ho mai vista più bella che in quelle foto, davvero. Un giorno d'inverno le hanno respinto un lavoro e mi ha scritto che si era condannata da sola mettendosi a studiare quella roba, che quel giorno le era arrivato addosso come una secchiata d'acqua gelata. Le ho risposto quel pomeriggio stesso: che un inciampo la stava ingannando; che lei era la cosa più sacra che ci fosse; che il mondo non crollava perché un lavoro veniva così così; che io ero orgoglioso. Ogni tavola si è presa i suoi complimenti. La vocazione di Marta era quella. Non la sanità, che era quello che le era toccato nella distribuzione delle parti. Non ho la minima idea se continui a dipingere, e magari sì, perché sarebbe l'unica cosa di quegli anni a essere uscita intera.

Dei diversi quadri che mi ha regalato in quel periodo ne ho due appesi alla parete della casa da cui scrivo, e li descrivo perché voglio che resti traccia di quello che è ancora vivo. Uno è un albero disegnato a mano, con il tronco nero seminato di punti bianchi e i rami che si attorcigliano verso l'alto, con dei cerchi colorati che galleggiano intorno come se fossero pianeti, e con dei versi scritti a

mano da lei tra i rami. Quella calligrafia è la sua. È venuto con me in tutte le case in cui sono passato, compresa una stanza di dodici metri. L'altro è quello strano, quello che colpisce chiunque entri: un occhio nel cielo, un palco di corna e dei tentacoli colorati che si aggrovigliano in basso. Quella è lei nella sua versione migliore, quella che non faceva quasi vedere a nessuno. E continuano a sembrarmi pazzeschi anche adesso, con il litio e con la testa ferma: è che mi piacciono, e basta. Li tengo lì perché non porto rancore a nessuno e a lei meno che mai, perché mi piacciono davvero e perché me li ha lasciati. Li guardo tutti i giorni senza pensare a niente di tutto questo.

Poi c'è la musica, che è la cosa peggiore, perché non c'è modo di archivarla: suona, e ti becca dove sei. C'era un cantante che era nostro, la colonna sonora della casa e degli anni buoni, e la sua storia con noi ce la siamo scritta noi. Un giorno d'estate lei accende la radio e mi scrive che sta suonando lui, che magari è la nostra canzone, con sei ahahah dietro. Il mese dopo, che ormai fa parte della nostra storia. Nel peggio, un anno dopo: che lui la ammazza se non è con me. E con tutto ormai rotto: che si fottano il cantante di merda, la radio, noi e tutta questa merda, mi fa male perfino respirare. E quattro giorni dopo le mie seconde dimissioni dalla psichiatria, l'ultima che ha scritto: che lui ci azzecca sempre, e che lei non poteva ascoltare troppa musica. Questo l'ha scritto lei. Ma quelle che ci ritraggono davvero sono le canzoni di un cantautore che ha scoperto lei, che suonava in un locale piccolo, e che è quello che suonava nei giorni buoni della nostra ultima convivenza. Placidità e nient'altro. Senza conflitto e senza niente sotto. Una finestra aperta e una canzone in cucina. Chi vuole sapere com'era volerci bene quando non stava succedendo niente, vada lì. Ai fascicoli, no. Per anni, dopo tutto, ho ascoltato il nostro cantante piangendo, a volte con mia sorella Sonia accanto, e finivamo per piangere tutti e due, lei per vedermi così e io per il resto. Adesso con lui non piango più.

E adesso quello che scriveva Marta, che ce l'ho davanti ed è quello che nessuno dei due ha saputo leggere. Al tuo ritmo. Sei volte me l'ha scritto, con quelle parole. Lo sai che io mi adatto al programma. Ho bisogno di te, e ho bisogno di te forte, e ho bisogno di te forte come un toro, e ho bisogno di te bene, forte e concentrato su tutto: una dozzina di volte in due anni. Che dipendeva da me, che era un casino. La rottura di stare da sola. E poi, quando se n'era ormai andata, che non aveva passato neanche una volta tre notti di fila da sola in casa. Si legga questo accanto a quello che viene adesso, perché è quello che non ci ha spiegato nessuno.

Dopo la terapia, quello che comanda di più nel decorso di un disturbo bipolare non è il paziente: è la gente che ha intorno. Ci sono studi di quarant'anni fa con un nome brutto, emotività espressa, che misurano tre cose in chi convive con il malato: la critica, l'ostilità e il coinvolgimento emotivo eccessivo. Il paziente che vive con qualcuno che ha punteggi alti in una qualunque delle tre ricade parecchio di più nell'anno successivo, e c'è una sfumatura che qui pesa: la critica di chi sta intorno predice soprattutto la ricaduta depressiva, non quella maniacale. L'altra gamba sono i ritmi. Chi sta accanto a un bipolare protegge il sonno, difende gli orari, sa in che momento bisogna chiamare il pronto soccorso e spinge verso la terapia senza fare una lite. La letteratura lo riassume come un manuale di istruzioni: né troppo coinvolta né ritirata. Adesso si rileggano le sue frasi. Lei non aveva un ritmo suo, si agganciava al mio, e il mio era quello di un'ipomania continua, per cui al tuo ritmo significava al ritmo della malattia. Non sapeva stare da sola e l'ha lasciato detto con tutte le lettere. E mi voleva forte come un toro e concentrato su tutto perché quello che reggeva quella casa era il malato, e il giorno in cui il malato è caduto non è rimasto nessuno in piedi. Coinvolgimento eccessivo prima, critica dopo per cose che erano sintomi, ritiro totale alla fine: le tre caselle della scala, di fila, nello stesso ordine in cui la clinica dice che affondano un paziente. Non lo scrivo per diagnosticarla, ché non sono nessuno per farlo. Lo scrivo perché a lei il manuale non gliel'ha mai dato nessuno, e senza manuale una donna che ama un malato finisce per fare esattamente quello: si appoggia a lui finché non si spezza, lo critica perché si è spezzato e se ne va. La donna con cui vivo oggi, che non ha letto un solo manuale, una sera mi ha chiesto quand'era l'ultima volta che avevo dormito bene. Quello è proteggere un ritmo. Marta mi chiedeva se ero forte.

Esserle fedele non l'ho saputo fare, e quella cosa continuerò a pagarla finché vivo. Le ho dato quello che invece avevo da dare: la casa, la calma dei momenti in cui io avevo calma, e una fiducia in lei che lei non aveva, tenuta su tutti i giorni e ad alta voce. Un buono disastroso, che è probabilmente la descrizione più precisa di quello che sono stato dentro quell'appartamento. Anni dopo, in un processo, da dietro un paravento, ho sentito l'inventario completo dei danni che ho causato. Era fatto nei dettagli. Lì la scuola d'arte non compariva. Non compariva chi le aveva messo i moduli davanti né chi spazzava il gesso dal salotto. E lo capisco senza bisogno che nessuno mentisse: un maltrattatore che ti spinge verso la tua vocazione e ti applaude ogni tavola è un personaggio che non sta in

piedi, e quello che non sta in piedi assolve. Quindi lì si è raccontata una storia coerente. Completa, no.

Capitolo 19 • La moto

Quella moto l'ho inaugurata facendo un giro per Barcelona con Marta dietro, e ci è piaciuto talmente che il giorno dopo le ho comprato l'attrezzatura completa: il casco, e anche gli stivali, la giacca e i guanti. L'ho comprata per sicurezza, perché l'unica cosa che davvero mi teneva sveglio era immaginarci tutti e due per terra un giorno qualunque. Da questo libro esco in tanti modi e quasi tutti brutti, quindi lascio segnato anche questo: quel tizio passava le notti a pensare a che cosa sarebbe successo se fossero caduti. Con la moto siamo andati a prendere il divano del salotto, che era il modo in cui facevamo le cose. E con quella stessa moto, a mezzogiorno di un giorno di inizio estate dell'anno in cui ho compiuto trentuno anni, sono salito da solo in montagna.

Prima di andare avanti, un avvertimento di metodo, perché di quel giorno non c'è una riga in nessun archivio: quello che viene lo racconto a memoria, con un ricordo che resta nitido dieci anni dopo, e ho già spiegato prima perché della mia memoria nelle fasi alte non mi fido nemmeno io. Non è stata una gita pensata. È stato l'impulso di un cervello ipomaniacale, già accelerato dagli antidepressivi di quella primavera, che chiedeva movimento, che aveva quel paese del Montseny associato all'estate di due anni prima, quella dell'epifania e la terza da bagnino, e che voleva festeggiare l'anniversario con un gesto che pesasse. Sono andato all'albero di sempre, quello alla periferia del paese. Non aveva niente di particolare: l'avevo trovato per caso quell'altra estate e mi ci ero seduto per un po', e quel po' si era trasformato nella mia testa in un posto carico di senso, che è quello che fa quella testa con qualunque luogo in cui uno si sieda cinque minuti.

Sono arrivato e ho spento la moto. Cielo pulito, senza una nuvola, con quel sole di inizio estate che in montagna picchia duro. E ho detto ad alta voce, sapendo benissimo che era un gesto ridicolo, che se esisteva mi desse un segno. Quello che è arrivato nei due minuti successivi l'ho raccontato un mucchio di volte e sempre con lo stesso avviso davanti: non so che cosa sia stato. So che cosa è successo. Il cielo è diventato nero di colpo, e non piano, ma come se

qualcuno avesse tirato una tenda con uno strattone. Dietro sono arrivati il tuono e la grandine, grossa e violenta, un temporale di quelli che in quel periodo dell'anno non ci dovevano stare. Sono corso alla tettoia più vicina che c'era. Ha grandinato per quindici minuti. E in quei quindici minuti, con le cuffie addosso e cinquecento canzoni che suonavano in modalità casuale, proprio nel secondo in cui mi sono seduto su una panchina e il corpo ha cominciato a scendere di giri, l'algoritmo ha messo una canzone del nostro cantante, quello della casa e dei tragitti, e la prima frase parlava proprio di un segnale che si lancia e che l'altro non riceve mai. Non sono stato capace di muovermi. La canzone è andata avanti: una meditazione che non riesce, un volo più basso di quello che ci si aspetta da uno, delle ore morte davanti a un muro. Sembrava scritta per il punto esatto della mappa in cui io ero seduto. Quando ha smesso di grandinare sono tornato a piedi alla moto, e nel mettere la chiave nel quadro è successa l'ultima cosa: la nuvola si è aperta al centro mentre si scaricava, e l'inclinazione dei raggi di sole e quel buco si sono combinati per far cadere uno squarcio di luce esattamente sulla mia verticale. Una messinscena teatrale perfetta. Ci ho messo giorni a sapere che cosa farci. Anni a trovare le parole.

Le parole sono queste, e le so tutte. La meteorologia spiega la grandinata: mascheramento orografico, un cumulonembo carico di ghiaccio formatosi sul versante di fronte, con le montagne che facevano da muro alla vista e il vento che lo spingeva fino alla cima; e poi un downburst umido, che è il nucleo della nuvola che collassa di colpo e scarica tonnellate di ghiaccio in verticale su pochi ettari. Spiegabile fisicamente, raro dal punto di vista meteorologico, improbabilissimo in quel periodo dell'anno. L'algoritmo spiega la canzone: numeri pseudocasuali, una su cinquecento. La neurologia spiega il momento: lo spavento spegne la corteccia prefrontale perché tu scappi, e quando sei al sicuro e le pulsazioni scendono la corteccia si riaccende di colpo e pretende di mettere in ordine il caos, e la prima cosa che entra da quella finestra ti si imprime a fuoco. E la psicologia spiega la somma di tutto: apofenia, che è vedere schemi dotati di senso dove ci sono solo dati sparsi, e che in un cervello in fase alta funziona con il volume al massimo. Le so tutte, quelle spiegazioni, e le uso. Non mi risolvono niente. Quello che è successo, è successo.

Anni dopo, ormai con il litio dentro, mi sono messo a fare il calcolo. In probabilità c'è un'idea che chiamano cigno nero: l'evento molto improbabile, impossibile da prevedere e dalle conseguenze enormi. Se si prendono come indipendenti il temporale, la tettoia esatta, la canzone esatta nel secondo esatto e lo

squarcio di luce, il numero che viene fuori equivale in fisica delle particelle a più di sette sigma, e per annunciare una scoperta l'asticella sta a cinque. Il però è che quella roba non si ripete, e un esperimento che non si ripete non è un esperimento: è un aneddoto con dei bei numeri dietro. E quello che ho lasciato scritto la notte in cui ho finito il calcolo, e che non ho intenzione di togliere da qui, è che risultava interessantissimo e non dimostrava niente, tranne che io mi ero salvato grazie a una narrazione di puro bias di conferma. Il calcolo è fatto bene. E la narrazione che ci ho montato sopra mi ha salvato la vita.

Quello che di quel pomeriggio conta dal punto di vista clinico, però, non sta nel cielo. Sta in quello che ho scritto io dopo, con la cosa appena successa. Tre mesi più tardi, nel cuore della notte, in piena litigata con Marta e mandandole canzoni perché capisse che cosa mi stava succedendo, le ho scritto che il giorno dell'albero mi si era rivelato, che era stato pazzesco vedere grandinare per me, che quella cosa era stata come Mosè che apre le acque. Un anno dopo, in un'altra conversazione che parlava di tutt'altro, le ho scritto che mentre io facevo grandinare stava suonando il nostro cantante, che avevo fatto un miracolo, che me n'ero andato dove avevo trovato l'amore vero e che appena l'ho chiesto è venuto giù il finimondo. Ho fatto grandinare. Ho fatto un miracolo. In prima persona e in voce attiva. L'ipomania non si accontenta di interpretare il segno: si intesta la paternità. Da lì mi viene la fede, quella vera, quella che conservo. E da lì, con la cocaina addosso dieci giorni dopo, è uscito il Messia di quella notte che è già raccontata. A Marta non gliel'ho mai raccontato per intero: lei ha visto il risultato e non ha visto da dove veniva.

Un mese dopo ci siamo saliti in due, e quel viaggio sì che sta nell'archivio, e lo racconto perché è tra le cose più luminose che ci sono in quattro anni e mezzo. Comincia il pomeriggio prima: lei ha scritto che per venire in città non c'era problema, e che se io preferivo non spendere e la casa era libera, che le cucinassi qualcosa di buono. Le ho risposto un minuto dopo proponendole di salire in montagna a mangiare lassù, e ci siamo accordati che sarei passato a prenderla alla fine del turno. Sono andato a prenderla in moto quella sera, e mi ha scritto che aveva decisamente bisogno di avermi più dentro, e io le ho detto che anch'io avevo bisogno di starci più dentro. Il giorno dopo siamo saliti con il suo casco, i suoi stivali e la sua giacca, e siamo tornati in quella che era stata la nostra casa, con il divano che avevamo comprato insieme. E quello di quella sera, con ognuno ormai a casa sua, è la cosa migliore che conservo di quell'estate. Lei ha scritto che era stata una giornata bellissima e che le dispiaceva che il fi-

nale fosse rimasto un po' più freddo. Io le ho risposto nello stesso minuto di non preoccuparsi per me, che la giornata era stata meravigliosa, come sempre, e che quel fine settimana volevo dormire con lei. E allora è arrivata la frase che sono dieci anni che ricordo: che quel giorno le faceva male il petto per quanto bene mi voleva, anche se a volte si tratteneva e non diceva tutto quello che sentiva. Le ho detto che a me uguale. E passata la mezzanotte, ormai infilata nel suo letto, l'ultimo messaggio: che sapeva di me, che con quell'amore andava a dormire, e che mi voleva bene. Adesso bisogna dire dov'ero io mentre scrivevo tutto quello, e non è un dettaglio da poco: a casa mia allora viveva Raquel, c'era un'altra donna installata in modo temporaneo, entrava e usciva gente a qualunque ora, e io ero dentro fino al collo nella mania che raccontano i capitoli successivi. E anche con tutta quella roba, quel giorno è successo. Se di questa storia si racconta solo l'altra parte, resta un uomo incapace di amare qualcuno. E non è stato così. È stato anche questo, nello stesso mese e certi giorni nello stesso giorno: un tizio in fase alta che distruggeva tutto, e i due che si scrivevano che gli faceva male il petto da quanto bene si volevano.

E adesso il concetto, che è l'ipomania al volante delle decisioni grandi, e si spiega con quello che è già raccontato e con due cose in più. Un cervello in fase alta non decide come decide la gente: non aspetta domani. Prende una moto, sale su una montagna e chiede conto a Dio ad alta voce. Rifà una vita intera in quarantotto ore. E un inverno in cui io ero disoccupato ho mandato a Marta, in cinque messaggi di fila, un piano finanziario completo, con la sua ripartizione in vari panieri, il suo aspettare il momento giusto della borsa, il suo ingresso nelle grandi aziende e il suo reinvestimento dei dividendi, e la conclusione che in tredici o quattordici anni ben gestiti avremmo potuto smettere di lavorare. Ripeto: ero disoccupato mentre scrivevo quella roba. È quello il motore, la certezza che non costa niente, la velocità senza freno e un'energia che da fuori passa per iniziativa e da dentro si vive come destino. Ed è qui la trappola: lo stesso cervello che firma senza leggere quello che non dovrebbe firmare è incapace di firmare quello che invece dovrebbe quando finalmente gli arriva l'occasione. Due autunni dopo la grandinata, senza lavoro e senza casa, io e Marta siamo andati a vedere una casa in affitto in quello stesso paese. Io avevo in testa di sposarla e stavo guardando gli anelli. E all'ultimo momento mi sono tirato indietro. La scusa è stata che eravamo tutti e due disoccupati e che firmare così non mi sembrava onesto; il motivo vero era la paura, il panico di dover presentare una busta paga che non esisteva più. Quello è stato l'errore più caro di quei mesi: affittare

quella casa mi avrebbe tirato fuori dal paese di mia madre, che era dove io compravo la marijuana, e mi avrebbe portato su in montagna a rifare una vita con lei. Quel no, detto dalla paura e con un cervello che era già in cammino verso la psicosi, mi ha torturato per anni. E un dettaglio in più: l'unica volta in quattro anni e mezzo in cui Marta ha scritto la parola psichiatra è stata per mandarmi il link di una notizia su un vecchio ospedale chiuso. Nello stesso paese dell'albero. Nello stesso paese della casa che non ho firmato. Di tutti i posti del mondo, quello.

E a quell'albero ci sono tornato, molti anni dopo, a seppellire una cosa.

Capitolo 20 • Due volte al pronto soccorso

Un mezzogiorno di piena estate ho scritto a Marta che stavo malissimo e che non smettevo di tossire. Un quarto d'ora dopo, che stavo morendo. Due minuti più tardi, che ero sul punto di andare dal medico. E lei, sul momento: vai dal medico. Un minuto dopo ho risposto che non andavo da nessuna parte e che mi sarei messo a dormire appena arrivato a casa. Quattro minuti più tardi, che non avevo dormito. E un po' dopo avermi mandato dal medico, lei di nuovo: non sei malato. E subito appresso: adesso quello che sta creando il problema sei tu. Il medico di quel mezzogiorno era per la tosse. Venivamo da una notte con una terza persona a casa mia e da due giorni di litigata per iscritto, e quello che lei aveva davanti era un uomo che non dormiva dopo quella notte, e quella roba, senza una diagnosi, somiglia a un incazzo e non a una malattia. L'unica volta in tutta quell'estate in cui è comparsa la parola malato l'ho scritta io, e quello stesso pomeriggio è stata negata.

Bisogna dire in che stato ero io in quell'estate dei miei trentun anni, perché senza quello la roba di sopra sembra una litigata di coppia ed era un'altra cosa. La mania era partita in primavera, innescata dagli antidepressivi che ho già raccontato, e non si è spenta fino alla fine dell'estate. In quei mesi mi sono messo dentro alcol ed ecstasy liquida in quantità che oggi mi rivoltano lo stomaco solo a ricordarle, e ho avuto diversi episodi psicotici; due sono finiti al pronto soccorso. Il primo è caduto appena cominciata l'estate, quando è saltata per aria la faccenda della donna più grande: una crisi, l'ospedale, e io che davo la colpa di tutto a lei. La mattina dopo ho annunciato a Marta che quella storia era chiusa, e Marta si è rifiutata, con tutta la ragione del mondo, di unirsi alla demonizzazione di quella donna. Non eravamo una coppia in quel momento, e lei l'aveva messo in chiaro dal primo giorno, ridendo per iscritto: che lo sapeva già di stare da dio e che era merito mio, perché nella sua versione quello che aveva mandato tutto all'aria ero io. Settimane dopo mi ha scritto di andarmene con quella che per poco non mi faceva ricoverare in manicomio. Eccolo lì, scritto di suo pugno, quello che lei sapeva di quell'inizio d'estate: che qualcuno era stato sul

punto di farmi ricoverare. Ed eccolo lì anche quello che non aveva: il nome di quella roba.

E poi c'è una notte di metà estate, che bisogna raccontare con l'orologio davanti, perché l'orologio è l'unica cosa di quella notte che non mente. È cominciata con un rimprovero mio, che non avesse saputo difendermi in una faccenda con mia madre. Un'ora più tardi le ho comunicato che andavo a vivere con la donna più grande, da coinquilini. E negli otto minuti successivi ho scritto, letteralmente, che avevo intenzione di governare questo paese e che gliel'avevo detto mille volte, che io ero sposato con la causa e non con una persona; che lei l'avevo mollata perché era una fannullona; che la causa era la verità, che servivano mezzi, che o aiutava o intralciava, che andavamo dritti verso una tirannia orribile, infernale, che io ero nato per evitare quella roba e che se non aiutava stava servendo il mio nemico; e che c'era qualcosa al di sopra di tutto, e che quel qualcosa ero io e la verità. Si rilegga. Un uomo che insulta la sua compagna e nello stesso minuto le annuncia che salverà il paese da una tirannia. E lei, in mezzo alla raffica, l'unica voce sana di mente in tutto lo schermo:

—Ma che cosa mi stai raccontando.

E poco dopo:

—Quale causa.

Quella domanda non aveva risposta, perché non c'era nessuna causa. C'era un delirio di grandezza, che sta nel manuale, nella lista dei criteri dell'episodio maniacale, sulla stessa riga dell'irritabilità, e le due cose funzionavano insieme e con lo stesso motore. Un maltrattatore umilia per tenersi l'altra persona piccola e a portata di mano. Un uomo in mania umilia perché l'altra persona intralcia la sua missione di salvare la patria, e lo dice, per iscritto, con tanto di ora. La seconda cosa è quella che sta in quell'archivio, e la differenza non è una sfumatura: è la differenza tra un metodo e un sintomo. Lei non poteva saperlo. Ha chiesto quale causa, che era esattamente quello che c'era da chiedere, e non c'era nessuno lì intorno capace di risponderle che quella roba si chiamava grandiosità e che si cura. E conviene dire che cosa si poteva fare quella notte, perché non era molto: in questo paese mettere qualcuno in un reparto contro la sua volontà richiede un giudice, oppure un medico che certifichi un'urgenza, e un uomo che di notte delira per iscritto da un telefono non è un'urgenza che un medico possa certificare. La sua domanda era il tetto di quello che si poteva fare da uno schermo. E non è stata una notte sola. Giorni prima le avevo scritto che nell'ora dei buoni sarebbero morti a trilioni. Giorni dopo, che dovevo diventare

ricco per governare questo paese. E tre settimane prima della psicosi, che io ero il Messia.

La psicosi è arrivata quando l'estate stava finendo, ed è stata la seconda urgenza. Psicosi tossica su un quadro affettivo, si chiama, quando la sostanza accende quello che la malattia teneva già pronto: allucinazioni visive, e un uomo che stavolta ha chiesto lui stesso di essere portato in ospedale. Mi hanno dato un antipsicotico e mi hanno rimandato a casa. E qui c'è il dato che nessuno ha mai messo sul tavolo e che Marta ha visto con i suoi occhi: il mese dopo, con l'antipsicotico dentro, sono finite di colpo le notti in bianco ed è tornato l'uomo che lei aveva conosciuto nei nove mesi migliori. Da un giorno all'altro. È questo che ha fatto una pastiglia. E l'ho lasciata dopo un mese. Senza che nessuno me la togliesse e senza che nessuno me la reggesse, perché da quei due passaggi al pronto soccorso sono uscito tutte e due le volte uguale: senza diagnosi, senza nessuno che mi seguisse e senza una sola persona che mi spiegasse che cosa era appena successo. Un sistema che molla fuori dal pronto soccorso un uomo con sintomi psicotici e una ricetta, e se ne va a dormire tranquillo. In tutto l'archivio di quei quattro anni e mezzo, in più di centomila messaggi suoi e miei, la parola bipolare non compare neanche una volta. La parola malattia lei non l'ha scritta mai. E psichiatra l'ha scritta una volta sola, e non per mandarmi da uno. Nessuno ha detto la parola. Né lei, né io, né il medico che mi ha dato l'antipsicotico, né quello che me l'ha visto lasciare, che non esisteva.

E adesso la domanda che lei si sarà fatta mille volte e a cui io ci ho messo anni a poter rispondere: come era possibile che io non me ne accorgessi. Ha un nome e ha delle cifre. Si chiama anosognosia, e non è negare: è non poter vedere. Uno studio che ha misurato la consapevolezza di malattia in ciascuna fase ha trovato che la negazione almeno moderata di quello che sta succedendo compare in circa l'ottantacinque per cento dei pazienti in mania pura; nel cinquantanove negli episodi misti; nel trentasei nella depressione; e nel ventidue in eutimia, cioè stando bene. E la sfumatura è quella che decide tutto. Quello che non si riconosce non è avere il disturbo: quello si ammette senza problemi a freddo, con il referto davanti. Quello che non si riconosce è che la cosa che uno sta facendo proprio adesso è il disturbo. Un diabetico in ipoglicemia sente il tremore perché la sua malattia non gli spegne l'apparecchio con cui si valuta. La mania invece glielo spegne. È l'unica malattia che attacca proprio l'organo che dovrebbe accorgersene. Per questo dicevo a Marta che stavo benissimo mentre mi crollava la casa addosso, e per questo non le mentivo quando lo dicevo. E per questo ho

lasciato l'antipsicotico dopo un mese: perché con l'antipsicotico dentro io stavo bene, e stando bene quello che si vede è che non serve, senza fermarsi sul dettaglio che si sta bene proprio perché lo si prende. L'ho già detto del litio e lo dico qui di quella pastiglia, che è stata la prima. E anche la consapevolezza di chi guarda da fuori si spegne quando nessuno le ha dato il nome: Marta non negava una malattia; rispondeva a un uomo. La frase di quel mezzogiorno, non sei malato, restava quella giusta per quello che lei vedeva. Quello che mancava era la malattia sotto.

C'era un'altra cosa sotto, e bisogna dirla perché spiega perché quell'autunno non sono andato all'ambulatorio nemmeno una volta. Per me un ricovero non era un letto e una pastiglia. Era mio padre. Era un bambino che guardava suo padre dentro una gabbia, e un uomo di vent'anni che leggeva un referto con due parole latine. Quando anni dopo una psichiatra mi ha detto che io avevo la stessa cosa che aveva lui, e che la medicina era la stessa con cui si era ammazzato, quello che ho sentito non è stato sollievo per avere finalmente un nome: è stato che mi stavano consegnando l'eredità. E le eredità così non si firmano finché non ti ci obbligano. A trent'anni non mi obbligava nessuno. Così l'anosognosia faceva la sua parte, la paura faceva la sua, e in due hanno lasciato la scatola dentro un cassetto.

C'è un dettaglio di quegli anni che mi fa ridere e mi fa venire i brividi in parti uguali, e che riassume che cosa vuol dire arrivare a trentatré anni senza che nessuno ti abbia spiegato che cosa ti porti dentro. Io avevo una battuta fissa. La tiravo fuori a qualunque tavolata, per ridere, e c'era sempre qualcuno che rideva: che il modo più economico di farsi era non dormire. Che se eri senza un euro, ti saltavi la notte e poi vedevi. Il peggio è che non mentivo. A me la mancanza di sonno faceva effetto. Con due notti di fila in bianco ero euforico, veloce, brillante, inarrestabile, con il mondo che girava al mio numero di giri, e lo raccontavo come si racconta un trucco casalingo per risparmiare. Quello che stavo descrivendo era un prodromo maniacale. Con la sua precisione clinica e il suo meccanismo dentro, perché il sonno è, l'ho già detto, il fattore scatenante meglio documentato di questa malattia e uno dei primi segnali che sta arrivando. Cioè: io avevo individuato il mio stesso preavviso di episodio, l'avevo individuato così bene da averci costruito sopra una barzelletta, e la ripeteva ad alta voce davanti a medici, a compagne e ad amici. Non l'ha capito nessuno. Nemmeno io. L'informazione non mancava: usciva dalla mia bocca, e non l'ha raccolta un cane.

La faccenda del medico, quel mezzogiorno d'estate, era l'unica cosa pratica comparsa in due giorni interi di messaggi, e oggi, dieci anni dopo, resta la risposta giusta. Dal medico mi ci hanno portato due anni e mezzo più tardi. In ambulanza. E lei non c'era più.

Capitolo 21 • La coppia a tre

L'anno in cui ho compiuto trentatré anni l'ho passato intero in mania. È la parola che è mancata a quell'anno mentre stava succedendo e in tutte le versioni che ne sono circolate dopo, compresa la mia. Il nome ci ha messo più di un anno ad arrivare; la notte in cui è cominciato ero in un monolocale del quartiere vecchio, su un divano letto gigante che occupava mezzo salotto, con una tazza in mano.

Mi ero trasferito lì da solo, da casa di mia madre, dopo quell'estate. Mi trascinavo dietro una depressione sorda di quelle che non hanno un nome e quindi non hanno una cura, schiacciato da un lavoro da informatico che detestavo, e passavo i pomeriggi sprofondato in quel divano senza sapere contro che cosa combattere. E allora è ricomparsa Raquel, e con lei sono tornate le sostanze nella mia vita. Ho ripreso a consumare, e la prima cosa che mi sono messo dentro è stata un oppiaceo. E nel mio cervello quella roba è stata una resurrezione: la depressione si è dissolta di colpo, i colori sono tornati, la musica mi rimbombava di nuovo in testa. Oggi so che cos'è stato: un cambiamento d'umore indotto da una sostanza in un cervello che era già malato, e con gli oppiacei quello che danno in salita te lo fanno pagare nella discesa. Abbiamo ripreso la nostra storia e abbiamo aperto una spirale di sesso e sostanze, un fine settimana dopo l'altro. Quel Natale non l'ho nemmeno passato con la mia famiglia: mi sono inventato di stare male, e stavo nel monolocale, fatto, a ricevere gente che da quella porta non doveva entrarci. E la notte di Capodanno l'ho passata con Marta, noi due soli, a cena su quel divano letto; è stata bellissima ed è stata strana, e lei l'ha notato senza poterci mettere un nome, perché io a mezzanotte brindavo con lei portandomi addosso un segreto grande quanto un appartamento. È stato l'ultimo Capodanno che abbiamo passato insieme.

Passate le feste, al lavoro, mi hanno spostato dall'assistenza al commerciale: più ore, più pressione e molta meno struttura, esattamente quello che non conviene a un bipolare che sta entrando in mania. E alla fine di quel mese ho lasciato Marta. Con Raquel non le sono mai stato infedele: l'ho lasciata. Non reggevo la contraddizione di volere bene a tutte e due, non volevo mentirle un'altra volta

e, soprattutto, non volevo trascinarla nella droga. Lei in quei giorni mi ha scritto che aveva sabotato la nostra storia, che non mi aveva ascoltato, e mi ha chiesto scusa per la sua freddezza. Lei. E ridendo, che non mandassi in rovina me e il nostro cuore a furia di non dormire.

Le settimane successive sono state un uomo che portava avanti due conversazioni incompatibili nello stesso momento. Una mattina Marta mi scriveva che era andata al pronto soccorso per l'ansia, che quella roba a lei stava facendo malissimo e che capiva che a me no. E quella stessa notte Raquel mi scriveva di tutt'altro. Un pomeriggio di quel mese l'ho messo per iscritto: una proposta con dentro tutte e tre le persone, e con l'unica riga di quel giorno che rispettava entrambe, cioè che sarebbe stato quando avesse voluto lei e avesse voluto l'altra. Raquel ha risposto dopo quattro minuti che da quando gliel'avevo detto fantasticava su noi due insieme. Cioè, che gliel'avevo detto prima. Il desiderio era di tutti e tre, questo è vero. Ma quello che l'ha trasformato in un piano, quello che ha detto quando e come, sono stato io.

E c'è una notte di quell'inverno che spiega i tre anni successivi. Erano giorni, da venerdì, che non dormivo quasi per niente, Raquel non c'era, e passata la mezzanotte le ho scritto una ventina di messaggi di fila. Che la amavo totalmente ma non esclusivamente. Che non l'avrei più abbandonata. E che mi dispiaceva moltissimo di averla lasciata andare via per una ragazzina che non poteva capirmi e a cui avevo mentito perché non riuscivo ad ammettere davanti a lei com'ero senza la paura di essere giudicato. La ragazzina era Marta. Aveva trent'anni e stavamo insieme da quattro. La mattina dopo Raquel mi ha fatto l'unica domanda che c'era da fare: se tutta quella roba fosse parte di un delirio e non una realtà. E io, quella mattina stessa, ho scritto che erano cinque giorni che non chiudevo occhio e ho tirato da solo la conclusione: che immaginavo di stare delirando anch'io. Undici mesi prima del primo ricovero, un uomo che riconosce per iscritto di delirare, e intorno nessuno con la mappa in cui quella frase è un allarme.

E già che ci siamo, la mappa. La mania non è essere contenti né avere tanta energia: è un episodio, con almeno una settimana di umore sparato in alto o irritabile, e sopra a quello il manuale mette sette pezzi, di cui ne servono tre perché il quadro abbia un nome. Li dico in parole semplici e con quell'anno come esempio. L'autostima gonfiata: il manifesto di quella notte, un uomo convinto che il suo amore fosse una forma superiore di amare. Dormire meno e non sentirne la mancanza: cinque giorni. Parlare senza fermarsi: venti messaggi di fila a

un'ora in cui la gente dorme. Il pensiero a tutta velocità, le idee che saltano senza ponte. Distrarsi con qualunque cosa. L'aumento dell'attività diretta a uno scopo: un piano a tre scritto nel dettaglio a metà pomeriggio. E la settimana, quella che vale per tutte: il coinvolgimento smodato in attività piacevoli ad alto rischio, e il manuale scrive, letteralmente, spese sfrenate, indiscrezioni sessuali e investimenti assurdi. È l'unica delle sette che a quelli intorno torna comoda: un insulto si vede, un delirio si vede, e un giro pagato somiglia alla generosità.

Alla fine dell'inverno Marta è tornata. Durante la rottura aveva conosciuto una coppia, e mi ha scritto che si sentiva libera come il vento; e io, quando l'ho saputo, ho pensato che per drogarsi con altri era meglio che lo facesse con me. Marta e Raquel, contro ogni pronostico e contro ogni manuale, si sono capite: Raquel mi ha scritto che si stava innamorando di lei, che in una settimana aveva parlato più con Marta che con me in un mese. Ed è così che è cominciata la coppia a tre. A Marta volevo bene con la parte di me che cercava stabilità; a Raquel, con la parte che riconosceva l'abisso nell'altro. E al centro io, con il cervello in mania, convinto di aver trovato l'invenzione del secolo. Nessuno ha chiesto l'unica cosa che c'era da chiedere: e quando arriva il temporale, chi resta.

E adesso la parte che mi mette in ordine quell'anno e che non avevo mai scritto. Io non ho montato quella roba solo per il sesso. Erano due anni che scrivevo a Marta che era l'amore della mia vita e a Raquel che morivo per lei, dallo stesso telefono e a volte nella stessa ora, senza dire a nessuna delle due tutta la verità sull'altra. Che io andassi a letto con la gente ha una spiegazione clinica. Quella roba no: era vigliaccheria, allora e adesso. Così ho montato la coppia a tre per smettere di mentire. Se loro due si conoscevano e tutto stava sul tavolo, io smettevo di essere quello che tradisce una con l'altra e diventavo uno che ama due persone e lo dice. Nella mia testa di allora era una riparazione morale. E non ha funzionato, ovvio, perché un uomo in mania non ripara niente: amplifica. Quello che avevo montato per smettere di mentire ha lasciato tutte e tre peggio di come stavano, e Marta, che era quella che aveva chiesto di meno, a pagare il conto più salato.

C'è un giorno, dopo il ritorno, che è l'unica prova di quello che c'era sotto. Io e Marta avevamo un'abitudine da anni: ci guardavamo negli occhi e ci dicevamo il nome. Io dicevo Marta, la guardavo e la baciavo. Lei diceva Marcos, mi guardava e mi baciava. Quel giorno l'abbiamo fatto per ore, fatti di ecstasy. Ma quello che ci si diceva era la stessa identica cosa che ci dicevamo da sobri. E adesso arriva quello che so benissimo che suona come la scusa di un drogato e

che sostengo lo stesso: anche l'amore che si sente da fatti è amore. Alla gente passa insieme alla sbornia. A me non è passato mai. Non dico che fosse una cosa buona. Dico che non era falsa.

Da lì fino all'autunno abbiamo schiacciato l'acceleratore e fatto saltare tutti i limiti del buonsenso e della biologia, in quest'ordine. Il monolocale è diventato una caverna senza orologi e senza specchi. Io mi mettevo dentro di tutto, e lo dico di me, che è l'unico di cui posso dirlo: metanfetamina, ketamina, mefedrone, GHB, MDMA, popper, viagra; sono arrivato ad applicarmi le sostanze direttamente sulle mucose perché il colpo fosse immediato. Orge che duravano giorni. Pratiche che salivano fino a limiti anatomici pericolosi, con il corpo scollato dal dolore dall'anestesia chimica. E il corpo su cui si esercitava quasi tutta quella roba era il mio: ero io quello che riceveva e quello che consumava di più, con una differenza enorme, e il lunedì, otto ore da professionista funzionante sopra un corpo distrutto. E tutta quella roba l'ho pagata io. Con lo stipendio prima, con le carte poi, con prestiti che chiedevo su internet alle quattro del mattino. Marta ci ha messo quello che le ho lasciato mettere, che è stato poco perché non gliene lasciavo, e la sua parte d'affitto l'ha sempre pagata. In quegli ambienti consumavano tutti, chi una cosa chi un'altra; l'unico a essere giudicato per questo sono stato io. Il grosso ce l'ho messo io, perché ero l'unico con una busta paga e perché mi ero ficcato in testa che voler bene sul serio fosse dare. Da lì mi è rimasto un debito che ci ho messo quattro anni a saldare, mese dopo mese e con gli straordinari.

Si è rotto in primavera, per una diffidenza piccola che copriva quella vera. È saltata fuori una sospettosità stupida, di quelle che si risolvono parlando dieci minuti, e non si è risolta: l'abbiamo scaricata addosso a Raquel, che era l'unica ad avere una vita fuori dal triangolo, e quello che si è acceso è stata una paura che veniva da molto prima. Lei l'ha presa come si prende un'accusa che ti arriva come una schioppettata, e la mattina dopo ha risposto altrettanto male. Quella è stata la scintilla. E sotto c'era da mesi la cosa vera: i soldi, l'assenza (io le ho detto che mi ero incazzato perché non c'era, e lei me l'ha rispedita indietro sul momento: che nemmeno io c'ero stato), e una frase sua dell'ultima notte: che sapeva che io stavo mentendo, e che era quello a darle fastidio, che non fossi leale. Di nuovo le bugie. E Marta il giorno dopo ha scritto quello che riassume tutto: che avevamo fallito perché era una cosa più grande di noi, e non solo di lei. Quella stessa settimana ha consegnato le chiavi del suo appartamento ed è ve-

nuta a vivere nel monolocale, scrivendomi che immaginava non mi importasse. È lì che è cominciata l'estate.

E dell'estate, quello che è stata, detto senza filtri, perché se la lascio fuori questo libro diventa la versione che mi fa comodo. Per tre mesi non ho avuto sesso normale con Marta. Non un rapporto, neanche una volta. E non perché non ci fosse sesso: perché mi ero fermato su una cosa sola, sempre la stessa e sempre con la droga davanti, che mi dava lei da sola, con la sua mano e con il suo braccio dentro di me, per ore, senza che io la toccassi. E per di più ero esigente: le chiedevo, la correggevo, le mettevo fretta. Nello stesso letto e alla stessa ora, l'altra cosa: ore di notte fonda, drogato, davanti a uno schermo, accanto alla donna che ho desiderato più di tutte nella mia vita mentre lei cercava di dormire a un palmo da me. E un pomeriggio di quella fine estate, in casa nostra, mentre lei lavorava, sono andato a letto con un marchettaro. Lei mi ha chiesto due volte se ero uscito a togliermi la voglia e io le ho mentito due volte. Quella roba ha il nome dell'ipersessualità, che è già spiegata, e qui ci aggiunge quello che allora nessuno dei due ha visto: l'escalation. Quel cervello si aggancia a uno stimolo e gli consegna tutto, e alza la dose perché quella di ieri non basta più. E non le ho mai chiesto se lei stesse bene. Lo scrivo perché è successo.

Il giorno in cui non ce l'ha fatta più non ha fatto nessuna scenata. Me l'ha scritto un venerdì pomeriggio, mentre parlavamo di altro. Che aveva l'ansia addosso per via della vita e che aveva deciso di lasciar stare la roba. Che quella cosa la faceva sentire come un fallo di plastica, con una risatina dietro perché non mi facesse male. Che non l'avevo ascoltata né sentita. E dieci minuti dopo, per sicurezza, che non metteva pressione e che non era arrabbiata, ma che aveva bisogno anche lei di un po' di coccole. Lei ha smesso con una frase. Io non ho smesso neanche con un'ambulanza. Il suo era un consumo che rispondeva alla sua stanchezza, e si è spento quando si è stancata; il mio rispondeva a un episodio, e non si poteva spegnere da dentro, perché lo alimentava la stessa cosa che mi teneva sveglio.

Capitolo 22 • Il canale

Quell'autunno abbiamo perso tutto in ordine, e l'ordine conta. Prima il lavoro: mi hanno licenziato in tronco, perché il consumo mi si vedeva addosso e per le assenze ripetute e giustificate male. Poi il monolocale. E senza stipendio e senza casa, invece di arrenderci, abbiamo messo su una casa intera. Questo lo racconto piano perché di tutto quell'autunno è l'unica cosa che non è stata un disastro: una casa vuota a cui abbiamo fatto gli allacci della luce e dell'acqua, che abbiamo arredato e che abbiamo lasciato funzionante. I mobili li ho comprati io, e li abbiamo montati in due; lei ne ha montati quanti me o più, e le veniva meglio. Io ho montato le lampade e il letto; lei ha verniciato i comodini e le sono venuti bellissimi. C'è una mattina che vale per tutto quel mese: io che facevo passare le tubature con il trapano rotto, a scalpello e martello, con un dito che sanguinava, e nel pomeriggio che le scrivevo in maiuscolo che funzionava tutto. Lei ha risposto: dio, alleluia. Quello è stato l'ultimo momento euforico di tutti e due. Perché quella casa la stavamo occupando abusivamente, e ci hanno beccati, e invece di appellarci a quello che la legge ci concedeva siamo stati onesti e ce ne siamo andati. Ci ha messo la faccia lei. Da sola, per tutti e due. Io mi sono cagato sotto e l'ho lasciata fare, e lo segno qui perché è per questo che scrivo questa roba. E in quella casa, su un materasso per terra che avevamo messo lì in via provvisoria, abbiamo fatto l'amore. Normale, con il suo piacere prima del mio, senza sostanze e senza nessun altro. Dopo tre mesi, quella cosa. È stata l'ultima volta, e oggi so che è stato un congedo, fatto senza che nessuno dei due lo sapesse.

Da lì, a casa di mia madre, nel paese, su nel Vallès. Una stanza di dodici metri, noi due e il cane. E qui conviene dire la faccenda delle sostanze, perché io credevo di aver smesso e quello che ho fatto è stato cambiare sostanza. Le droghe pesanti sono finite alla fine dell'estate, davvero, e a me è sembrato che quello fosse smettere. Quello che ho fatto è stato tenermi la marijuana, che compravo dove si compra in tutti i paesi, e la birra, che in quei mesi ormai non mancava mai. E per il mio compleanno, un episodio con la psilocibina di cui

non resta granché, tranne una cosa: in quella visione ho visto intera la dipendenza dalla pornografia, che cos'era e che cosa le aveva fatto, e l'ho lasciata. Per sempre e senza ricadute. Io allora credevo che le canne fossero la roba leggera. Oggi so che cosa fa la cannabis a un cervello come il mio, e in quella stanza entrava ogni notte, e quel cervello era già in viaggio verso l'ambulanza.

Lei lo vedeva, e lo scriveva, e bisogna metterlo perché sono anni che si racconta che non vedeva niente. Un pomeriggio d'autunno, a metà pomeriggio, mi ha chiesto di non andare a prendere roba, che quella cosa la facessimo con calma perché ce lo meritavamo; che le metteva terrore che io prendessi roba e mi riducessi lì com'ero capace di ridurmi. Venti minuti dopo, che cosa voleva dire vivere con me quell'autunno: che a lei sarebbe piaciuto uscire e rientrare in casa senza la sensazione che al ritorno mi avrebbe trovato come le ultime volte. E due minuti più tardi, che le stava cominciando a servire un po' di contatto con me. E quello stesso pomeriggio, un paio d'ore dopo, mi ha mandato la lista della spesa che aveva appena fatto: caffè per tutti, yogurt, mele, biscotti per la colazione e le tinture per capelli di mia madre. E che aveva pagato lei, e che le dispiaceva dirlo. Ecco che cosa c'era: una donna terrorizzata che faceva la spesa per la casa, che si scusava di dirlo e che mi pregava per favore di non andare a prendere roba. Settimane dopo, una sola riga sua che è una diagnosi intera: se per caso non avessi comprato altra birra. E per il mio compleanno siamo andati due giorni in un'altra città. È stato il nostro ultimo viaggio, un mese esatto prima della valigia, e siamo stati bene, senza litigate e senza nessun altro dentro la conversazione, che in quei mesi era ormai una rarità. Se qualcuno ci avesse visti per strada avrebbe visto una coppia normale.

E poi c'era il canale. Io avevo aperto un canale video su internet, e quell'autunno si è mangiato tutto. Passavo le notti davanti al computer, in quella stanza di dodici metri, con lei che dormiva o ci provava a un metro da me, a montare video fino alle sei del mattino: un bollettino meteo, dei cortometraggi, un trailer, esperimenti con gli strumenti di montaggio, ore e ore. E tutti, tutti quelli che ho fatto in quei giorni e che conservo, andavano sopra le nostre canzoni. Glieli facevo vedere e lei mi rispondeva che erano fighi, che erano divertenti, che si capivano. Un mezzogiorno, dopo aver riso con il bollettino meteo, mi ha scritto: prepara qualcosa e lo giriamo dopo. Un altro giorno, che stava riguardando tutti i video. Un altro, che aspettava ancora che mi sedessi con lei a spiegarle alcune cose di quei video. E una notte, senza drammatizzare, quello che stava succedendo: che erano settimane che me ne fregavo di tutti per stare

dietro ai video, e che adesso non potevo pretendere che tutti mi rispondessero. Settimane, al plurale. Lei ha visto un uomo che si infilava nel computer fino alle sei del mattino e che non la guardava. Quello c'era.

E una notte di autunno ormai inoltrato, l'unica cosa che ho fatto fuori casa in tutto quell'autunno. Quell'estate, con lei in visita durante una pausa dal lavoro, ci eravamo imbattuti in un corso di filosofia per adulti, di quelli da dopocena con il bicchiere in mano, e lei mi aveva indicato il cartello con il dito. Ho scritto una lettera perché mi ammettessero, e quella lettera la conservo intera: saltava dalla canicola a Gramsci, da Gramsci a uno scorpione su un manifesto letto come un segno, dallo scorpione all'astrologia e da lì alla malattia di un attore, senza un solo ponte logico e con una sicurezza assoluta in tutti i passaggi, e la seconda birra a metà giornata scritta da me stesso senza darle importanza. Fuga delle idee, grandiosità, pensiero magico, irritabilità travestita da letteratura. Con quella lettera mi hanno ammesso. E in quel testo dove non salvavo nessuno, l'unica persona che ne usciva intatta e amata dall'inizio alla fine era lei: la mia amata Marta, quella che reggeva il caldo con più dignità di me, quella che indicava il portone con il dito. Questa roba l'ho scritta io, nella mia estate peggiore, quattro mesi prima che finisse tutto. Be', mi sono presentato a lezione e ho dato spettacolo. Si disquisiva con il vino, e io mi sono bevuto tutto il vino che avevano. Tutto. E da lì in su. Non ho intenzione di ricostruire quello che ho detto, perché non me lo ricordo bene: basta sapere che mi sono presentato a una lezione di filosofia, mi sono bevuto tutte le scorte e ho fatto il numero, e si capisce già a che punto ero. Non ci sono più tornato. E di quel numero, settimane dopo, qualcuno che non era lì e a cui l'avevano raccontato ha chiesto il mio numero di telefono. Quello va al suo posto.

Adesso bisogna parlare del sonno, perché è quello che stava sotto a tutta quella roba ed è quello che lei ha nominato prima di chiunque altro. Quasi un anno prima, in pieno inverno, mi aveva scritto ridendo che non mandassi in rovina me e il nostro cuore a furia di non dormire. Ha riso perché nessuno le aveva dato la mappa in cui quella frase è un allarme. Una rassegna di vent'anni fa, che ha messo insieme diciassette studi su come comincia una mania, ha detto due cose che descrivono quell'autunno con una mira che fa paura: che il prodromo, l'anticamera dell'episodio, dura più di venti giorni; e che il sintomo più frequente, con distacco, in tre pazienti su quattro, è il sonno rotto. E qui c'è quello che mi è costato anni: in questa malattia il sonno non è solo il primo sintomo. È anche il grilletto. Il cervello bipolare ha l'orologio interno fragile, e una sola notte

senza dormire può accendere una mania come un fiammifero incendia un campo secco; e la mania, a sua volta, toglie il sonno, e lì si chiude un circuito che si alimenta da solo. Uno schermo alle sei del mattino con le idee a tutta velocità non è un uomo che fa tardi: è la malattia che si dà la carica. Sopra a quello va il pezzo del manuale che è già uscito, l'attività diretta a uno scopo: il cervello si aggancia a una cosa sola e le consegna tutte le ore del giorno e della notte. Il mio scopo è stato il canale. E il rovescio, nella stessa lista, è il ritiro: uno si chiude dentro con il suo scopo e lascia fuori la persona che ha accanto, non perché gli sia di troppo, ma perché il sistema che decide a che cosa si fa attenzione è malato. E sotto a quello stava già cominciando l'altra cosa, l'anticamera della psicosi, che si racconta al suo posto: la sensazione che intorno stia succedendo qualcosa di enorme e che tutto, un video, una notizia, un numero, sia messo lì per te. Da allora è tutto un sentirmi dire che è stato disinteresse. Non è stato disinteresse. È stato un cervello che entrava in una psicosi con un altoparlante davanti.

E adesso arriva quello che di quell'autunno si legge peggio, perché le due cose sono successe nello stesso momento ed erano tutte e due la stessa mania. Io in quei giorni volevo sposare Marta. Stavo guardando gli anelli su internet. Avevamo visto una casa in affitto più su, ormai nel Montseny, quella che non ho firmato e che è già raccontata, e io volevo mollare tutto e andare lì con lei. Di quei giorni resta una foto: noi due seduti in campagna con Toby in mezzo, lei che lo accarezza e io con la mano sul suo dorso. È l'ultima che ci siamo fatti insieme. Lì sembravamo una coppia normale, e lo eravamo, e io stavo guardando gli anelli. E in quelle stesse settimane, dallo stesso computer, la stessa mania mi teneva a parlare di sesso per iscritto con Nuria, una donna che non mi piaceva e che non mi è mai piaciuta, con cui non ho mai voluto stare. Marta l'ha visto sul computer, e l'ha saputo. Quella non è stata una decisione: è stato un episodio psicotico con la corteccia prefrontale fuori servizio, che mi riportava indietro agli incontri di altri anni alle spalle delle mie compagne. Non ho mai avuto l'intenzione di realizzare quella roba. Non riuscivo neanche a uscire di casa. Guardare gli anelli e parlare di sesso con una donna che non mi piaceva erano la stessa mania, e nessuna delle due era una decisione. Lei si è portata via la seconda. Se n'è andata convinta che l'uomo di quella stanza fosse un bugiardo, e l'uomo di quella stanza era un malato, con una delle malattie più gravi della psichiatria e senza diagnosi, che guardava gli anelli.

E il canale è finito dove finiscono queste cose: in una dichiarazione di guerra. Una domenica pomeriggio ho scritto a Marta che doveva aiutarmi a rendere virale il canale intero, perché il giorno dopo si votava non so che cosa a Bruxelles e finiva il mondo. E sedici minuti più tardi ho mandato a Raquel lo stesso link con quattro parole che dicono tutto: diffusione massima, la verità deve essere ascoltata, subito, domani è tardi. Un uomo in una stanza di dodici metri, nel paese di sua madre, senza lavoro, senza casa e senza dormire, che dichiara guerra al mondo intero con dei video sopra le canzoni della sua ragazza. Lei era alla fermata dell'autobus, con il cane, ad aspettare che io scendessi.

Capitolo 23 · Il posto di mio padre

È stata Sonia a portarmi nel posto in cui è comparso mio padre, e mi ci ha portato lo stesso anno in cui è comparso. Sta in alto, sul monte che c'è sopra il paese, con tutto il Vallès aperto ai piedi e, se la giornata è pulita, Barcelona in fondo. Da quelle parti io ero passato di corsa centinaia di volte quando mi allenavo, negli anni buoni, e non mi ero mai fermato.

Quella domenica lei era scesa alla fermata con il cane e mi ha scritto di salire: che qualunque cosa stessi facendo poteva aspettare, cazzo, che uscissi a schiarirmi le idee con loro, che prendessi un po' d'aria, che era un bel pomeriggio. Io le ho risposto che ero incasinato. Ero incasinato con il canale, con la legge che si votava il giorno dopo e la fine del mondo, che è già raccontata. Minuti dopo, che stava arrivando e che mi aspettavano lì. Poi, se scendevo. E ormai nel pomeriggio, in due messaggi, il mio nome con un per favore dietro e un vieni a casa. Marcos, per favore. Vieni a casa. Sono le sue ultime due righe in cinque giorni, perché dopo quell'ora io sparisco da tutti i telefoni insieme, che è esattamente quello che resta di una notte che finisce come è finita questa.

Quando sono tornato ci siamo chiusi in camera ed è partita una di quelle conversazioni assurde, deliranti, di quelle che ormai con me non c'era più modo di avere. Non ho idea di che cosa parlasse. So come è finita: io che esco dalla porta di corsa con Toby. Sono tornato a prendere la macchina, l'ho lasciata lì dentro da sola, ho caricato il cane dietro e sono andato dritto sul monte. Nel punto esatto dove avevano trovato mio padre. Se ci andavo a portare a spasso il cane o per che cosa, questo non lo so più. Mi ha telefonato mia sorella e si è piantata lassù di notte, con me e con il cane libero tra le pietre, e lì le ho sparato un film di quelli grossi, complottista da campionato: che c'era una specie di realtà parallela sotto a questa; che papà se l'era portato via una forza oscura e superiore, una cosa invasiva che ti si installava nella mente; e che a me stava succedendo la stessa cosa. Sonia mi ha lasciato parlare. Poi abbiamo detto di scendere a casa, e io ho rimesso il cane in macchina e ho imboccato la strada opposta. Sono tornato parecchio più tardi. Quando sono arrivato avevo i sanitari che mi aspettavano

davanti alla porta. Mi hanno portato in ospedale, e Marta è venuta con me. Quello che è successo in quella visita ha il suo capitolo. Qui va l'altra cosa: perché ci sono andato.

Perché sono anni che mi faccio quella domanda e fino a poco tempo fa non sapevo rispondere. Perché, in pieno delirio, ho preso la macchina e mi sono portato il cane proprio nel posto dove hanno trovato mio padre. E non è stata una volta isolata, che è quello che lo rende un dato e non un aneddoto: l'ho fatto tre volte e in tre modi diversi, e le altre due vengono più avanti in questo libro, una prendendo a pugni le tapparelle di mia madre e un'altra in un cimitero. Anche quel cimitero è suo, perché lì c'è la tomba di famiglia, e sopra la tomba c'è un libro di marmo con dei versi incisi in italiano: il testo della canzone che lui adorava, quella di quell'isola che non esiste e che uno si passa la vita a cercare. L'ha scelta mia madre, che è da dove viene la lingua. E quel libro di marmo me lo sono portato a casa io durante uno scompenso e l'ho tenuto per anni sulla mia libreria, e non l'ho rimesso al suo posto fino a dopo il primo ricovero, che è il dato che meglio riassume quello che facevo allora con i miei morti. Tre volte con il cervello rotto, e tutte e tre a correre verso lo stesso uomo.

E questa cosa ha una spiegazione, ed è scritta da mezzo secolo. I due psichiatri che hanno descritto le fasi del lutto hanno chiamato la seconda, letteralmente, struggimento e ricerca. Il sistema di attaccamento, quando perde la persona a cui era agganciato, non si spegne: si mette a cercarla. E cerca dove ha senso cercare, cioè nei posti associati a lei. In una testa sana quello è la voglia di tornare in un posto e un nodo in gola. In una testa in psicosi quella stessa ricerca esce senza freno e senza critica: prendi la macchina e ti pianti dove l'hanno trovato, oppure prendi a pugni una tapparella gridando che è vivo. Una rassegna recente sulle volte in cui chi è rimasto vede o sente chi se n'è andato lo dice quasi con queste parole: compaiono dentro la ricerca disperata che segue alla perdita di una figura di attaccamento. Io il lutto di mio padre non l'avevo fatto. L'avevo letto ad alta voce al suo funerale con la faccia tenuta insieme, ero tornato in ufficio il giorno dopo e non avevo fatto una sola domanda. Tredici anni più tardi, con il cervello senza freni, il lutto è uscito da dove poteva: dalla strada che sale al monte, con un cane sul sedile di dietro.

E sopra al lutto c'è l'altra cosa, quella che ho già raccontato con Laura e che Marta ha visto funzionare per quattro anni senza che nessuno dei due sapesse come si chiamava: l'ansia da separazione, quella che è cominciata a vent'anni con il modo in cui se n'è andato mio padre. E quel pezzo non spiega solo la fac-

cenda del posto. Spiega soprattutto quello che ho fatto con Marta negli anni successivi, che è quello che non avevo mai saputo nominare: tornare. Tornare una volta e un'altra, scendere a cercarla in tutte le stazioni della città per anni, scriverle dopo un anno intero di blocco per vedere se quella cosa si poteva riaprire. Quella non era testardaggine, né mancanza di dignità, né persecuzione: era un sistema di attaccamento che non accetta la separazione e che spinge a tornare nello stesso posto, esattamente come mi spinge a salire sul monte sopra il paese a parlare con mio padre. Quando qualcuno a cui voglio bene se ne va, la mia testa non si rattrista: si mette a cercare. E cerca male, e cerca gridando.

Adesso la faccenda di quella notte che Marta ha visto davvero e che magari l'ha spaventata: come mi sono ridotto. Perché mi sono ridotto come mi sono ridotto, e bisogna sapere da dove veniva. Non era rabbia contro di lei. Né contro nessuno di quell'ospedale. Era panico. Panico di un ricovero, che nella mia testa non era un letto e una pastiglia: era mio padre. Un ricovero, per me, era la fila, il controllo, il parlatorio, il vetro sporco e il telefono, e dall'altra parte del vetro un uomo chiuso nel reparto dove tenevano quelli che stavano come lui, medicato a forza, con quello sguardo di chi non distingue più da che parte della realtà si trova. Ed era anche il sale del cassetto, quello che quello stesso uomo si è preso in un colpo solo quando io avevo vent'anni. Così quella notte, con i sanitari sulla porta di casa di mia madre, dentro quella macchina e dentro quella sala d'attesa, io ero due persone insieme: un ragazzo di sedici anni che guardava suo padre dentro una gabbia, e un uomo di trentatré che aveva visto che cosa aveva fatto lo stesso sale allo stesso uomo. Nessuna delle due voleva entrare in un reparto. Nessuna delle due era in grado di chiedere l'unica cosa che l'avrebbe salvata. E lo dico senza fronzoli, perché da questo dipende tutto quello che è venuto dopo: io stavo delirando, e ho fatto una cosa che a lei ha fatto una paura tremenda, e anche così non sono stato aggressivo con Marta in nessun momento di quella notte. Né di quella né di nessun'altra. Non sono stato un pericolo per nessuno, e non lo sono stato neanche per il cane, che è tornato a casa tutto intero e ha dormito in mezzo a noi due, come tutte le notti. Quello che avevo io quella notte era un delirio, e un delirio non è un'intenzione. Il mio parlava di una forza oscura che si era portata via mio padre e che dava la caccia a me. In nessuna delle sue versioni c'era un piano contro qualcuno. Visto da fuori era un matto con un cane. Visto da dentro era un figlio che, senza saperlo, era andato nell'unico posto della zona dove c'era ancora qualcuno del suo sangue a cui chiedere che cosa gli stesse succedendo.

Quel posto quella notte è stato lo scenario di un delirio, e oggi è una cosa completamente diversa: è un posto dove vado in pellegrinaggio. Ci sono salito tante volte, nelle notti di dubbio, come salgo al mio albero in montagna. Lì mi sono fermato di notte a parlare alla luna piena come se fosse mio padre, a raccontarle che cosa sto facendo della mia vita; all'albero parlo con Dio e lassù parlo con lui, perché lo sento presente e perché per me un morto non finisce mai di morire del tutto, e l'ateo di turno dica quello che gli pare. E a cento metri da quel posto ce n'è un altro che è solo mio e di Marta: certe pietre da cui si vede la città, dove io e lei abbiamo fatto l'amore una notte di una delle estati buone. Quella notte è stata bellissima. Così viene fuori che vado a rendere conto a mio padre a cento metri da dove sono stato felice con lei, e le due cose convivono lassù senza darsi fastidio. Io a Marta ho dato alcune delle notti più belle che ha avuto, e immagino che abbia voluto dimenticarle, perché è quello che si fa quando la stessa persona ti ha dato anche il peggio. Io non le ho dimenticate. E non le conservo con odio, e nemmeno più con nostalgia: me le ricordo con l'amore che gli spetta, che non è la stessa cosa. Oggi ho qualcosa di più vero, meno impulsivo e molto più maturo, e proprio per questo posso scrivere questa roba senza che mi tremi la mano. Salgo, parlo con la luna, che è l'unica che risponde, e scendo. Mio padre è ancora lì. Marta, no.

Capitolo 24 • La visita

Marta è entrata con me nello studio della psichiatra di guardia. Questo va detto per primo, perché è quello che ha reso possibile tutto il resto: in vent'anni di malattia senza nome, quella è stata l'unica volta in cui il sistema ha aperto la porta da solo. Nessuno ha dovuto chiamare nessuno. Un uomo che delirava era sparito con un cane e una macchina, i sanitari erano andati a cercarlo a casa, l'avevano messo a sedere davanti a chi poteva ricoverarlo, e il ricovero stava sul tavolo. Io non potevo chiederlo, e non per testardaggine: per la mancanza di consapevolezza di malattia che spiego dalla prima pagina e per il panico ereditato che ho appena raccontato. Mia madre poteva chiamare, e chiamava, e non bastava. Nessuno da fuori mette qualcuno in un reparto senza un medico davanti. Quella notte ce n'era uno. E in quella stanza c'era una sola persona in più a cui la dottoressa avrebbe chiesto, perché era quella che viveva con lui. E gliel'ha chiesto.

E Marta ha detto la frase che ha cambiato il corso delle cose: che se ne sarebbe occupata lei, che non c'era bisogno di ricoverarmi. Non so se l'ha detto perché aveva paura di me, può darsi, o per paura di un ricovero; quello che è sicuro è che non sapeva che cosa fosse. E io, dentro, gliene sono stato grato come si è grati a chi ti tira fuori da una prigione. Senza sapere che mi stava tirando fuori dall'unico posto che avrebbe potuto salvarmi. E nessuno dei due poteva saperlo. Quello che di quella notte è rimasto scritto l'ho trovato anni dopo, nella lista degli antecedenti di un altro referto: un accesso al pronto soccorso per alterazione comportamentale a domicilio, senza arrivare a formulare diagnosi, e dimissione senza diagnosi, senza terapia né indicazione di controlli. Un uomo in prodromo psicotico è entrato in un ospedale e ne è uscito senza una sola riga. Il sistema ha fatto la sua parte fino alla porta di quello studio, e nello studio ha parlato lei, con la migliore volontà del mondo, e il sistema se n'è andato a dormire tranquillo.

Adesso bisogna raccontare che cos'è un ricovero, perché lei quella notte ha deciso su una cosa che non conosceva. Da un ricovero si esce più morbidi del

culetto di un neonato, questa è la verità: si esce completamente medicati e, di solito, in depressione postpsicotica; non si esce aggressivi con nessuno. Il primo che ho avuto, sette settimane dopo quella notte, è stato quello leggero: senza cinghie, e anche così con la porta che si chiude da fuori. Gli altri non sono stati quella cosa: l'isolamento, le stanze chiuse a chiave e le cinghie, che me le sono trovate addosso due volte. E adesso bisogna metterlo insieme all'altra cosa, perché le due cose sono vere nello stesso momento. Un ricovero è orribile. E un ricovero è quello che mi ha salvato la vita quell'inverno. Che sia orribile non è un argomento per non farlo: è la ragione per cui bisogna farlo il prima possibile, finché basta ancora quello piccolo. Quella notte ce n'era uno piccolo sul tavolo. E non si è fatto. Una rassegna di vent'anni fa, che ha messo insieme migliaia di pazienti al primo episodio, ha misurato che cosa fa il tempo in queste cose: più una psicosi tarda a essere curata, peggiori sono i sintomi e il funzionamento a sei mesi e a un anno, e meno probabile è la remissione. Con quella frase la psicosi è uscita dall'ospedale ed è tornata nella stanza di dodici metri, e lì è rimasta altre sette settimane, senza cure.

E lo ripeto qui perché è dove serve di più: non sono mai stato un pericolo né per lei né per il cane. Né quella notte né nessun'altra. In cinque ricoveri non ho un solo comportamento di danno fisico verso qualcuno: né verso di lei, né verso Toby, né verso i poliziotti che anni dopo mi hanno portato via legato da due case e da un albergo. Quella notte l'unico che era in pericolo ero io.

E adesso, con la diagnosi addosso, con cinque ricoveri sulle spalle e con le carte davanti, devo guardare quella sua decisione intera e a freddo. Non per presentarle il conto. Per sapere che cosa è stata, perché sono anni che sento due versioni, la sua e la mia, e sono tutte e due bugie: la sua, che ha provato tutto e non si poteva fare niente; la mia, che mi ha abbandonato perché mi sono ammalato e basta. Guardiamola come si guarda un caso.

Primo, quello che sapeva. E qui non ci sta la pietà di dire che non sapeva niente. Due anni prima mi aveva scritto di andarmene con quella che per poco non mi aveva fatto finire in manicomio. Quella frase l'ha scritta lei. Quello stesso autunno di due anni prima parlava con me della medicina che mi avevano dato, perché io venivo da due passaggi al pronto soccorso per sintomi psicotici e da un antipsicotico che ho mollato dopo un mese. E qualche mese dopo questa visita, parlando di quell'inverno, l'avrebbe detto lei stessa con una precisione che qualche referto se la sogna: lo so che tu non eri lì. Quella non è la frase di una donna che non sapeva. È la frase di una donna che lo stava vedendo e che

non aveva dove metterlo. Lavorava in un posto di quelli in basso in un ospedale, con turni impossibili. Sapeva benissimo che cos'era un camice.

Secondo, quello che non sapeva, con la stessa esattezza. Non aveva il nome. E non ce l'aveva perché non gliel'ha dato nessuno, e quello non è un suo difetto morale: è il difetto di un sistema intero che molla fuori dal pronto soccorso un uomo senza diagnosi e senza nessuno che lo segua. L'ho già detto che in più di quattro anni di messaggi la parola bipolare non compare neanche una volta. Nei suoi messaggi di quell'autunno, dal trasloco al paese fino al giorno in cui se n'è andata, le parole medico, ospedale, ricovero o aiuto non compaiono riferite a me nemmeno una volta. Quello che c'è è che non andassi a prendere roba, se per caso avessi comprato altra birra, che tornassi a casa. L'unica visita dal medico di quei tre mesi che sta nella chat è la sua, per lo stomaco. È quello che fanno due persone senza diagnosi con un problema che non sanno nominare: lo gestiscono con il calendario. E il calendario non cura.

Terzo, quello che ha fatto con quello che sapeva, che è il punto di tutta questa roba. Cinque giorni dopo aver detto a una dottoressa che si occupava lei di me, mi ha scritto di sera che aveva le cose pronte, ma che non poteva andarsene così, e che le dispiaceva. Io ho risposto con un punto interrogativo. Lei, che niente, lasciamo stare. Io questo non me lo ricordo. Né la frase, né il momento, né la sua faccia: la mia testa, in pieno episodio, non l'ha fissato, e ho dovuto ricostruirlo leggendo i suoi messaggi, anni dopo. In quei giorni è venuto a trovarmi mio fratello Gabriel, e quello non sta in nessuna chat, perché si è parlato in cucina. Mia sorella era venuta a cercarmi nel posto dove è morto mio padre; mia madre entrava e usciva; mio fratello si è piantato lì dopo. Tutta la mia famiglia ha visto quello che c'era. Nessuno di loro poteva firmare un ricovero. L'unica che poteva stare in quello studio c'era già stata, e aveva già detto di no.

E qui c'è quello che sono anni che non riesco a mettere in ordine e che oggi metto in ordine. Per molto tempo ho scritto che nessuno ha il dovere di restare, e in generale è vero: a nessuno si può chiedere di accompagnare una malattia come questa. Ma con lei quella frase mi crolla da sola, e mi crolla da un punto molto preciso. Il dovere non gliel'ho messo io dalla morale: se l'è messo lei, ad alta voce e davanti a una dottoressa che stava per ricoverarmi. Quello non è più accompagnare qualcuno perché gli si vuole bene, che non si deve a nessuno. Quello è prendersi in carico una cura. E una cura accettata davanti a un medico obbliga a una cosa piccolissima, che non è restare per tutta la vita: obbliga a restituirla se uno non ce la fa. Chiamare l'ambulatorio. Dirlo a mia madre, che è

quella che è rimasta con l'uomo di cui lei si era presa carico. Lei non l'ha restituita. L'ha lasciata sul tavolo di quella cucina, con le valigie fatte cinque giorni dopo la frase e quattordici giorni dopo, in una stazione, che è quanto è durato l'incarico. E una cura che si accetta davanti a un medico e si abbandona senza avvisare non è la stessa cosa che non accettarla mai: è peggio, perché chiude la porta e per giunta spegne la luce di sopra. Che se ne andasse è roba sua, ed era legittimo, e non ha bisogno di fronzoli: era ridotta pelle e ossa, non dormiva, con un uomo che delirava a un metro. Questo glielo riconosco tutto intero. Quello che mi chiedeva in quelle settimane era che cambiassi, che se quella roba andava avanti così lei se ne andava. Visto dal suo lato è la cosa più ragionevole del mondo. Visto da dentro la mia testa è questo: stava chiedendo a un uomo in prodromo psicotico, senza diagnosi e senza cure, di fare con la volontà quello che si fa solo con un ricovero, cinque giorni dopo aver impedito quel ricovero. Un cervello a quel punto non cambia perché glielo chiedono. Quello che aspettava non era un cambiamento: era un miracolo. Ed è venuta l'unica cosa che poteva venire, cioè altra psicosi.

E visto che un anno dopo avrebbe scritto di aver provato tutto, bisogna dire che cos'è tutto, perché è pubblicato da vent'anni e nessuna delle sue righe dice di chiedere al malato di metterci del suo: insegnare la malattia al paziente e alla famiglia, che taglia le ricadute, e nella mania acuta un antipsicotico e, se c'è rischio, un ricovero. Che è esattamente quello che hanno fatto sette settimane dopo degli sconosciuti in divisa. E ha funzionato al primo colpo. Quindi sì che c'era un tutto da provare. Era scritto, e lei lavorava nel posto dove lo si fa. Quello che si è provato è stato quello che non poteva funzionare, e quando non ha funzionato la conclusione è stata che il malato non voleva. Abbiamo provato tutto è quello che dicono le famiglie nel corridoio di un ospedale quando gli è morto qualcuno, e lo dicono dopo essere rimaste fino alla fine.

E c'è un dato che nessuno ha mai messo sul tavolo: quando se n'è andata, io stavo migliorando in tutto quello che si poteva vedere. Le droghe pesanti finite, la pornografia finita, un affitto guardato e degli anelli guardati. L'unica cosa che andava peggio era proprio quella che non si vede.

Di tutta quella roba, l'unica che davvero continua a farmi male non è la valigia, né la stazione, né il cane, né il silenzio di dopo. È la frase di quello studio. Perché di tutto quello che si è detto in quei mesi, quella è l'unica che ha cambiato il corso di una malattia. Il resto sono state due persone che si facevano del male senza sapere che cosa avevano davanti. Quella è stata un'altra cosa: è stata

una donna sana, con una formazione sanitaria, che parlava al posto di un malato davanti all'unica dottoressa che l'ha avuto a tiro in vent'anni, e che diceva che non ce n'era bisogno. E poi andarsene. Le due cose, in quattordici giorni. Ha fatto esattamente il contrario di quello che c'era da fare, e l'ha fatto volendomi bene. Le due cose sono vere. Tutta la strada, dalla macchina carica di hashish fino alla pastiglia e mezza di ogni mattina, passa da quella visita. Lei stava proprio nel mezzo: nella notte in cui quella strada poteva accorciarsi di cinque anni e non si è accorciata.

Capitolo 25 • Una domenica d'inverno

È rimasta altri nove giorni con la valigia fatta, e quei nove giorni stanno nel telefono, e non sono quello che uno si immagina di una donna che se ne va. Sono logistica del cane (se è uscito, se ha mangiato, se ci sono mele in frigo, se la cuccia è bagnata sotto) e sono, soprattutto, una pazienza che oggi faccio fatica a leggere. Un pomeriggio di quelli mi ha chiesto di fare il letto e mi ha mandato a controllare se la cuccia del cane fosse bagnata, e io le ho risposto facendole vedere i video che stavo montando, e lei mi ha detto che erano figli. E sul far della sera le ho scritto se eravamo di nuovo a posto, o cosa.

—Di nuovo a posto come? Non ti capisco.

—Tu e io. Di nuovo bene.

—Sì. Tu non credi?

—Sì. Lo credo.

Quello è un uomo in prodromo psicotico che chiede a una donna che è da giorni con i bagagli pronti se stanno di nuovo bene, e la donna che gli risponde di sì, e l'uomo che le crede. E non mi mentiva, o non del tutto: stava restando, e finché restava quella cosa era vera. E io non stavo ingannando lei: stavo ingannando me, che è quello che fa un cervello senza consapevolezza di malattia con l'unico strumento di misura che gli è rimasto, cioè la faccia della persona che ha davanti. La faccia segnava normale. La valigia no, ma la valigia stava nell'armadio.

E l'ultima notte, ormai a ridosso della mezzanotte, le ho chiesto dal computer come stavano i miei amori. Lei ha risposto chiedendo a quali amori mi riferissi; che il cane dormiva, che lei aveva appena cenato e stava bene, e che io come stavo. Passata la mezzanotte, un'emoticon pensierosa. E nel cuore della notte, tre messaggi di fila, che sono gli ultimi di quell'anno e gli ultimi di quella vita: che avrebbe provato a dormire. Che mi andasse bene qualunque cosa stessi facendo. E un bacio. La qualunque cosa che stavo facendo era montare video sopra le sue canzoni a un metro dal suo letto. Con quella frase, e con quel bacio, si è chiuso un archivio di quattro anni e mezzo, e ci ho messo anni a capire che

non si è chiuso per mancanza d'affetto. Si è chiuso perché qualche settimana dopo mi hanno rubato il telefono.

E bisogna presentare Lidia, perché per anni è circolata una versione in cui arriva prima. Dopo la notte del pronto soccorso io sono stato cinque giorni senza telefono e senza lasciare traccia, e in quei cinque giorni qualcuno di un gruppo di filosofia su internet, a cui avevano raccontato la faccenda del numero alla scuola, mi ha scritto due messaggi. Si è presentata dicendo che io non la conoscevo ma che lei me sì, per sentito dire; che si chiamava Lidia, che era del gruppo, e che aveva voglia di chiedermi se sarei tornato, se non era indiscrezione, e che se lo era, la domanda ormai era fatta. E subito dopo, che le era rimasta la curiosità di conoscermi. Ci ho messo quattro giorni a risponderle. Le ho mandato un link, tre versi di una poesia e una condizione: che quando voleva ci si conosceva, ma fuori dal gruppo, perché io non accetto di far parte di club che accettino me come socio. Cioè: il giorno in cui Marta ha avuto le valigie fatte, Lidia era un nome che mi aveva scritto due messaggi e a cui io non ne avevo ancora risposto nemmeno uno. Quello che c'è stato nelle settimane successive sono state due persone che discutevano per iscritto, di notte, se la cultura sia amica o nemica dell'individuo, se l'origine rimandi sempre al nobile e quali ideologie oscure si nascondano sotto la propria. Una notte lei ha proposto che andassimo avanti a parlare dei temi che ci interessavano e vedessimo che cosa se ne poteva tirare fuori, e io ho risposto diciassette minuti dopo che va bene, che volevo. Quella era Lidia. Con Marta ormai non potevo più parlare di niente senza che si trasformasse in un delirio, e quella donna mi parlava di Nietzsche.

Quella domenica la città era invasa da gente venuta da fuori per una partita, con le strade piene di magliette di due colori che lì non erano di nessuno, e perfino i bar avevano cambiato lingua per un giorno. Io ci passavo in mezzo con una canzone che mi girava in testa, quella che lei mi aveva mandato poco dopo esserci trasferiti al paese, l'ultima della sua cantante preferita, quella a cui l'avevo portata in moto a un concerto. Parlava di una donna che smaschera un uomo che mente. Lei era ossessionata da quella canzone e da quello che significava. La ascoltavo anch'io, e non avevo la più pallida idea che parlasse di me.

Lidia è venuta al paese quella domenica. Abbiamo preso un caffè. Abbiamo portato a spasso Toby insieme, e poi l'ho accompagnata in moto a Barcelona, con il freddo. E bisogna dire che cos'era quella donna per me quel giorno, perché Marta se n'è andata credendo una cosa ed era un'altra: era un'amica nuova con cui parlavo di filosofia, e quel caffè non aveva nessuna intenzione dietro.

Non un bacio, non un piano, niente. È diventata quello che è diventata qualche settimana più tardi, quando Marta non c'era più e io ho concatenato senza un solo giorno di lutto, perché non ero capace di stare da solo con quello che mi stava succedendo, e di questo parlo quando toccherà. Il giorno della valigia, Lidia era esattamente quello: una conversazione sulla cultura e un giro in moto con il freddo.

Quando sono tornato al paese, Marta se n'era andata. Non aveva detto niente. Aveva preso quello che le stava nelle valigie ed era partita con Toby. Mia madre l'aveva portata alla stazione, a prendere il treno per Barcelona. Non c'è stato nessun addio: solo la stanza mezza svuotata e l'assenza del cane. Quello che mia madre le ha raccontato quel pomeriggio, il caffè e la moto, non ha cambiato una decisione, perché la decisione stava nell'armadio da nove giorni. Le ha messo una data. E per molto tempo ho odiato mia madre per aver scelto il lato sbagliato nel momento peggiore della mia vita, e oggi so che non ha scelto nessun lato: ha portato a una stazione una donna ridotta pelle e ossa, e poi è rimasta con quello che restava nella stanza, cioè io.

E adesso la canzone, perché capisco che cosa ci ha fatto, e questa è una lettura e non un rimprovero. Era una canzone di protesta in cui una donna si libera di un uomo che mente, e lei lì ci ha visto quello che aveva in casa. Solo che quello che aveva in casa non era un bugiardo: era un malato senza diagnosi che guardava gli anelli, e ho già detto che cos'era l'altra cosa. Ha confuso il liberarsi di un bugiardo con il lasciare un malato. E credo che in fondo non se lo sia mai perdonato, e che per questo dopo ci sia voluto qualcuno che rigirasse tutto con parole nuove, e anche di questo parlo quando sarà il momento.

E a quel cane bisogna dare la dimensione che aveva, perché fin qui l'ho scritto come se fosse una riga del trasloco e non lo era. Toby era il mio primo cane. Io lo adoravo. E non era solo un cane: era il progetto che avevamo cominciato io e Marta insieme, l'unica cosa di tutto quell'anno che stavamo costruendo perché durasse. Che me lo strappassero dalle mani nel momento peggiore della mia vita, sommato al perdere lei, che era la cosa peggiore di tutte, non è stato un dispiacere. È stato quello che mi ha portato dritto alla follia. E anche questo ha una spiegazione, perché non sembri sentimentalismo con un cane. L'attaccamento a un animale funziona con lo stesso sistema dell'attaccamento alle persone: è stato misurato, con in mano la stessa teoria dell'attaccamento che spiega la faccenda del posto di mio padre, e viene fuori che un cane è una figura di attaccamento a tutti gli effetti, con la sua base sicura, il suo rifugio e la sua protesta quando

se ne va. E un cane è, per giunta, un orologio. Va portato fuori alle sue ore, che piova o no, con la testa ridotta come è ridotta. Lei stessa mi aveva scritto due giorni prima di portarlo fuori se non eravamo usciti. Quella, in un cervello che ormai non dormiva, era l'ultima lancetta che si muoveva.

Perché ho già raccontato la faccenda dell'orologio fragile di questa malattia, e quello che lo tiene in orario non sta dentro: sta fuori. Sta nelle routine, nell'ora di alzarsi, di mangiare, di vedere qualcuno, di portare fuori il cane, e quelle routine, con una parola tedesca, le chiamano datrici di tempo. Gli episodi si innescano quando quelle mani si staccano di colpo, e il modo più rapido di staccarle tutte insieme è perdere una persona, perché una persona si porta via l'ora di cena, l'ora di andare a letto e la conversazione della sera. Il mio cervello ha perso, nello stesso pomeriggio, due figure di attaccamento e l'ultimo orario che gli era rimasto. Il microchip era intestato a lei, e questo è agli atti. L'effetto che ha avuto l'andarsene del cane non dipende da quello. Un cervello in prodromo che resta senza compagna, senza cane e senza orario lo stesso giorno non ha più niente a cui aggrapparsi.

Capitolo 26 • L'astronave

In quelle settimane io vivevo dentro un'astronave. Letteralmente: casa mia era un'astronave che si era schiantata su un pianeta inospitale, la moto era il veicolo leggero con cui potevo percorrere la superficie di quel pianeta, e la superficie era infestata da esseri ostili. Con il veicolo uscivo per andare da Lidia, e poco altro. E la mia ragazza, dentro quella storia, se l'erano portata via certe entità nemiche del mondo sconosciuto in cui eravamo finiti. Non è un modo di dire né una metafora scelta per scrivere questo libro. È quello che la mia testa ha costruito, alla lettera e molto sul serio, perché fosse sopportabile che lei se ne fosse andata. E di tutto questo non mi ricordavo niente: lo so perché è detto davanti alla telecamera in quello che ho registrato in quei giorni.

Da fuori quella roba è un delirio da manuale, con la sua scenografia da serie B. Da dentro era un'altra cosa: era la mia testa che tirava su una realtà meno distopica di quella che avevo davanti agli occhi. Perché facciamo l'inventario di quello che avevo davanti agli occhi. La mia compagna, fuori. Il lavoro, perso. La dignità, persa. Debiti fino al collo. E non c'era più nemmeno il cane, perché se l'era portato via lei. E tutto questo, per giunta, mi stava succedendo da solo, a casa di mia madre, alcolizzato e in pieno episodio. Davanti a un panorama del genere un cervello rotto fa l'unica cosa che sa fare: ti consegna un'astronave schiantata e un veicolo con cui muoverti. Viene fuori che si vive meglio su un pianeta nemico che dentro un fallimento. Il pianeta nemico porta con sé una missione, un pilota e una trama; il fallimento porta solo te, seduto in una stanza in prestito.

E la clinica sa benissimo perché la psicosi fabbrica sempre un racconto. Uno psichiatra l'ha lasciato scritto vent'anni fa: nel prodromo, la chimica del cervello comincia a segnalare come importanti cose che non lo sono, una luce, un numero, una notizia, una coincidenza, e chi lo sta vivendo non ha ancora un delirio, ha un mondo che di colpo significa troppo senza che lui sappia che cosa. Quella roba non la regge nessuno. Il delirio è la spiegazione che la mente fabbrica per mettere ordine in quell'eccesso, e per questo, quando finalmente prende forma,

non arriva come un terrore: arriva come un sollievo, perché finalmente tutto quadra. Quel materiale non lo inventa da zero, lo tira fuori dalla dispensa di ciascuno, e nella mia c'erano la fantascienza, una laurea in Storia, la cabala e la canzone di mio padre. La biografia in una psicosi non si cancella: si usa come attrezzatura. E resta una parte che mi fa venire la pelle d'oca ogni volta che ci penso, ed è che nella sostanza io non mi sbagliavo. Gli anni che sono venuti dopo hanno dimostrato che il pianeta era ostile quanto credevo. L'unica cosa che non tornava era la specie: gli esseri ostili non erano alieni. Erano miei conoscenti, e non portavano raggi laser, portavano denunce e schermate.

Quello che è venuto dopo la valigia, lei non l'ha mai saputo. Ho bevuto molto di più. Ho fumato fino a restare privo di sensi. E ho avuto convulsioni per terra in quella casa, da solo, le notti in cui mia madre non c'era perché se ne andava, spaventata, a dormire da mia sorella. In quelle settimane potevo morirci, e lo dico con la parola esatta: in moto, sul pavimento di casa mia e in una strada del quartiere vecchio. E dietro a questo c'è una misura, e non è mia: nell'anno che segue un primo episodio psicotico il suicidio si moltiplica per più di dieci, e la qualità del sostegno che si ha in quel tratto predice meno sintomi e meno ricoveri anni dopo. Non parlo di dovere. Parlo dell'effetto che ha la sedia vuota in quel tratto esatto, e che me lo sono preso io tutto intero. Una cosa sola è riuscita a stabilizzarmi, e quel tanto che bastava per arrivare vivo al ricovero: Lidia. Basta questo perché io stia scrivendo questa roba.

Marta è tornata dopo due settimane a prendersi quello che le restava lì. Prima di andarsene del tutto mi ha dato un abbraccio, e io l'ho ricevuto senza finire di capire che cosa stesse succedendo. Di quello che ci siamo detti non mi resta una sola frase. Quella conversazione non la conservo in nessun angolo della testa: l'episodio si stava prendendo carico di tutto quello che non si poteva reggere in altro modo. L'unica cosa che so per certo è che avevo la webcam che registrava, perché allora registravo qualunque cosa a qualunque ora, e che quell'addio è rimasto dentro un disco rigido che non esiste più. Di quelle due settimane una cosa la so, e mi fa male saperla: che le ho detto delle enormità, ubriaco e psicotico, in un momento che non sono capace di collocare. Lei ricorda parole che io non so nemmeno di aver pronunciato, e questo è più ingiusto per lei che per me, perché a me resta la nebbia e a lei sono rimaste le parole. Le ho chiesto scusa per quella roba molti anni dopo, e me l'ha concesso. Qui lo lascio scritto e basta.

Della vigilia di Natale invece è rimasta traccia, e magari non fosse rimasta. Quell'anno né mia sorella né mio cognato mi volevano vicino ai miei nipoti,

così la cena è stata mia madre e io, noi due soli a tavola, e a me non è venuto in mente niente di meglio che mettermi a raccontarle un delitto famoso di quando io ero bambino, per filo e per segno. La vigilia di Natale. A mia madre, che erano settimane che stava a guardare il figlio che se ne andava, e che scoprirà leggendo queste pagine che a quel punto io non ero nemmeno più capace di calcolare il danno che fa una conversazione. Finita la cena me ne sono andato con i miei, ho bevuto come una spugna e sono tornato guidando nel cuore della notte per la strada che sale al paese, ubriaco fradicio. Quella notte potevo ammazzarmi o ammazzare qualcuno, ed è il tipo di fortuna che nessuno si ricorda quando fa la lista di quello che gli hanno fatto. Il Capodanno io e Marta avevamo detto di passarlo insieme, e non si è potuto perché lei stava male da settimane, un raffreddore dietro l'altro. L'ho passato chiuso in casa, a bere da solo e con la voglia di morire, e quella notte stessa mi sono installato per la prima volta un'applicazione di messaggistica con gruppi aperti e mi sono messo a sparare deliri lì dentro. È stato il debutto del peggior social della mia vita, quello che mi ha fatto più danno, e dove in quelle stesse notti ho conosciuto uno dei miei migliori amici.

E a quel punto mia madre ha preso una decisione che immagino a lei sia sembrata protettiva: chiudermi in casa a chiave per tre giorni. Senza riscaldamento, senza luce, senza internet, con l'inverno del Montseny fuori. Mi ricordo di infilarmi sotto la doccia e che l'acqua uscisse gelata, e di non provare nemmeno a scaldarla, perché avevo la sensazione che quel castigo fosse esattamente quello che mi spettava per aver distrutto tutto. Mangiando male. Senza dormire. E con una cosa dentro che ormai non era un ronzio, ma la certezza totale che tutto avesse un senso che nessun altro era in grado di vedere: la morte di mio padre, il litio, il crollo di quell'anno, Marta, Raquel, tutto a formare un disegno cosmico che finalmente si lasciava leggere e che per giunta mi sembrava di un'eleganza enorme. In casa era rimasto un portatile con un po' di batteria e mi sono messo a riprendermi. Quei video non sono capace di guardarli: li apro e dopo pochi secondi li chiudo, perché vedermi così mi scompensa. Li ho passati in uno strumento di trascrizione e li ho letti. Ed eccola lì, l'astronave. Lì dico che l'astronave è ancora in avaria, che non c'è modo di ricavare energia, che mi hanno tagliato tutte le forniture ma mi hanno lasciato una stufa a gas e una coperta, e che fa un freddo de collons, fratelli. Lì dico che mi butto giù un po' e che poi, se mai, magari prendo il veicolo e mi avvicino al pianeta inesplorato. Lì mi proclamo, tutto di fila e senza riprendere fiato, idiota, cristiano, ebreo, au-

tistico, profeta e Messia di tutti voi, amici del cuore. E lì, in pieno deragliamento, compare mio padre dalla porta di una sua canzone, di quelle che gli piacevano. Quello che vedo io leggendo quella roba è questo. Che quell'uomo è solo: parla a una telecamera perché non gli resta nessun altro a cui parlare. Che quell'uomo non sta passando un brutto momento: si sente benissimo, lucido, generoso, eletto e perfino divertente, mentre si congela al buio in una casa vuota raschiando quello che restava in dispensa. E che quello lì dentro sono io. Non uno sconosciuto. Io, con la mia laurea, con le mie battute, con la canzone di mio padre, con il mio modo di parlare, con tutto quello che è mio a piena potenza e senza nessuno al volante.

Una di quelle notti mi è venuta voglia di perdermi in città. Ho bevuto di bar in bar fino a prendermi una sbronza da campionato e sono finito nel quartiere vecchio, e lì qualcuno di cui non ho mai saputo niente mi ha preso per il collo da dietro e mi ha lasciato per terra e senza cellulare. Dentro quel telefono, senza una copia di sicurezza da nessuna parte, c'era tutto quello che io e Marta ci eravamo scritti da quell'ultimo bacio notturno: tutto quello che ci siamo detti tra la valigia e quella notte se n'è andato insieme all'apparecchio. Il nostro archivio non si è interrotto perché fosse finito l'affetto. Si è interrotto perché a un uomo hanno rubato il telefono in una strada. Morto di paura, sono andato a chiedere riparo a casa di quello che mi portava la droga, che io consideravo un amico. Quella gente non è amica di nessuno: l'ho imparato suonando al citofono come un disperato e ricevendo un silenzio assoluto dall'altra parte. Sono rimasto un po' seduto nel suo portone e poi ho tirato dritto a piedi fino alla stazione a cercare un taxi che mi portasse su al paese, a un'ora abbondante di strada. Non avevo un euro addosso. E invece di chiedere i soldi a mia madre, come avevo fatto con la faccenda dell'università, ho fatto fermare il taxi qualche strada prima di casa e sono scappato di corsa. Il tassista mi ha raggiunto in due falcate, e io, bloccato, gli ho dato l'unica cosa che avevo addosso: il giubbotto da moto, che mi aveva regalato la famiglia. Mentre succedeva tutto questo, e l'ho saputo anni più tardi leggendo il suo archivio, Lidia era sveglia: chiedeva se ero già in taxi, se mi fosse finita la batteria, diceva che stava male per me e che non sapeva che altro fare, e nel cuore della notte, che non riusciva a dormire pensando a come stessi, che sperava non mi avessero rubato niente, e che sarebbe venuta a prendermi. Una donna che mi conosceva da sei settimane.

Ho salito le scale di casa di mia madre e mi sono trovato davanti una madre che quella notte non aveva più nessun conforto da darmi. Sopraffatto, l'ho mi-

nacciata di morte in faccia e me ne sono andato a letto a dormire. Lo scrivo con queste parole perché sono quelle che stanno agli atti. Di quello che fa un cervello in quello stato uno non risponde come risponde di una decisione; del danno, che è stato reale, sì. Dieci minuti dopo c'erano due agenti dentro la camera. Così finisce la parte di questo libro che porta il nome di Marta: con la polizia nella stanza di dodici metri dove lei aveva dormito, e con l'uomo che ero allora, che non ero io, in viaggio verso il suo primo reparto.

Parte IV • IL NOME

Capitolo 27 · Il primo reparto

Quella stessa notte sono entrato dal pronto soccorso in una piccola clinica convenzionata, e lì sono rimasto undici giorni. Prima di andare avanti conviene smontare un'aspettativa, perché io sono entrato lì con quella addosso: non ci sono state cinghie. Non mi ha legato nessuno. Un reparto piccolo, un corridoio corto, farmaci, sonno e domande. Lo spavento è arrivato da un'altra parte, più silenziosa e più sottile: la porta che si chiude da fuori, e renderti conto a trentatré anni che puoi finire in un posto così senza capire come ci sei arrivato. Lì quello che c'è stato sono state le prime volte. Il primo pigiama da paziente. Il primo sonnifero distribuito con un carrello. La prima notte a sentire uno sconosciuto piangere dall'altra parte della parete. E non ho opposto resistenza. In tutta la mia vita non ho mai opposto resistenza fisica a un ricovero, e anche questo sta scritto da qualche parte: mi hanno portato via da delle case e mi hanno portato via da un albergo, e sono sempre andato, con una docilità che colpisce se uno sa in che stati ero davvero.

E bisogna spiegare che cosa significava per me quella porta chiusa. Un ricovero, nella mia testa, era mio padre dall'altra parte di un vetro. Be', quella prima notte, con il pigiama addosso e il sonnifero che faceva effetto, ho capito una cosa di cui non mi aveva avvisato nessuno e che da fuori non c'è modo di raccontare: che per una volta nella vita quello dall'altra parte del vetro ero io. Che quello con gli occhi spenti ero io. E che nella fila, di nuovo, era rimasta mia madre. Quello che ho sentito non è stato paura. È stato riconoscere il posto.

Mi hanno messo in una stanza ed è comparsa la psichiatra che era di guardia con il suo questionario e il suo taccuino. Ha fatto quello che c'era da fare e ha annotato quello che c'era da annotare, e di diagnosi certa niente, perché undici giorni d'urgenza non bastano per un lavoro che chiede settimane. Per iscritto è rimasto un disturbo psicotico attribuito alle sostanze, e dietro, annotata come chi lascia una porta socchiusa, la possibilità che ci fosse un'altra cosa sotto, da valutare con il tempo. Da lì me ne sono andato con una terapia provvisoria, con un foglio che diceva di proseguire all'ambulatorio, con la paura ficcata nel cor-

po, senza mappa e, soprattutto, senza una parola che desse un nome a quello che mi stava succedendo.

In quel reparto è successa per giunta la cosa che di tutto quell'inverno ho fatto più fatica a digerire, e la racconto esattamente come si vedeva dal letto. È venuta Lidia. Una donna che conoscevo da sei settimane, con cui avevo preso un caffè e discusso di Nietzsche nel cuore della notte, e che la notte della rapina era rimasta sveglia a chiedere se ero già in taxi. Non si è fermata sulla porta: è entrata, mi ha abbracciato, mi ha baciato, c'è stata fino in fondo, e si è installata sulla sedia accanto al letto con cambi puliti, un beauty e un caricabatterie. La sedia di Marta. E io la guardavo dal letto, chiuso dentro e medicato, senza riuscire a capire perché quella seduta lì non fosse lei. Avevo davanti una sconosciuta assoluta che si preoccupava per me, che mi portava biancheria e caricabatterie in un reparto di psichiatria, mentre la ragazza di tutta la mia vita non chiamava. Nel mese del mio primo ricovero, la donna con cui avevo convissuto quattro anni e mezzo non compare nel mio telefono se non perché ci compaio io: qualche giorno dopo le dimissioni le ho mandato il link di un video del canale. Non ha risposto. A Raquel ne ho mandati altri due e nemmeno. Ecco il mese per intero: un tizio appena uscito da un reparto chiuso che manda alle due donne con cui si era fatto saltare il mondo l'anno prima i video di un canale che a lui sembrava l'opera della sua vita. E non ho intenzione di scrivere qui che Marta la stesse scampando, perché non era vero: io non rappresentavo nessun pericolo per lei, ero malato, e per la prima volta in tutta la relazione avevo davvero bisogno di lei. Quella cosa è stata assurda, orribile e dolorosissima, di quelle che nella testa non ci entrano e che la testa si tiene intere perché non sa dove metterle. Sono ancora lì.

La notte in cui sono uscito, Lidia non mi ha chiesto dov'ero stato. Quello che mi ha scritto è che aveva su il mio video, quello su che cos'è la filosofia, e ormai a notte fonda, che le citazioni se l'era prese molto a cuore e me ne era grata. Cioè: con sì e no un giorno fuori da un reparto chiuso ci eravamo già infilati tutti e due di nuovo nel canale. E qualche giorno più tardi, ancora scompensato, le ho raccontato un pomeriggio la faccenda dell'oro: che mia madre era andata a verificare se era ancora custodito dove le avevo detto io, perché di me ormai non si fidava, e che per fortuna io tenevo gli attivi ben ripartiti e mi tenevo sempre qualche asso nella manica. Di passaggio ho parlato di carte che mi riservavo e di regalare a una persona, per il suo compleanno, una felpa di kevlar. Un uomo appena uscito, con la mania intera che funzionava sotto i farmaci, che

parla del suo oro. E quello che lei ha fatto con quella roba non è stato mettersi a discutere né spaventarsi. Mi ha risposto che bisognava dargli tempo perché imparassero di nuovo a fidarsi, e subito dopo, con la naturalezza più totale, mi ha raccontato che giorni aveva lezione quella settimana e mi ha chiesto se mi andava di vederci mercoledì per fare una passeggiata. Quello era il suo metodo, e non l'aveva tirato fuori da nessun libro: non contraddire il delirio, e mettergli accanto un mercoledì.

E nell'altro archivio, quello di mia madre, che di quel mese conserva quattro messaggi contati, c'è l'altro modo di prendersi cura. Il messaggio più vecchio che sopravvive è di tre giorni dopo le dimissioni e arriva con dentro tre domande: come sto, se va tutto bene, quando penso di tornare. Un quarto d'ora più tardi arriva la quarta, che è se la moto è già stata recuperata. Il giorno dopo vuole sapere se ho intenzione di farmi vedere a casa. E quello dopo ancora compare la formula che mi avrebbe ripetuto ogni sera per sette anni: che benissimo, che non mi dimentichi la pastiglia, che riposi, a domani. Due voci, due modi di prendersi cura, e una differenza tra loro che ci ho messo sette anni a distinguere. Una mi cercava nel cuore della notte. L'altra segnava la pastiglia e si sedeva ad aspettare che il medico uscisse dalla porta. Tutte e due si stavano occupando di me; quello che cambiava era il motore, perché una andava con l'intensità di chi è innamorata e terrorizzata nello stesso momento, e l'altra con quella pazienza da sportello di chi il film l'ha già visto in casa propria e sa benissimo che questa roba dura anni. E di quei giorni mi resta per giunta un consiglio che non ho seguito e che, con quello che è venuto dopo, è stato il migliore che ho ricevuto in tutto quell'anno. Con tutta la famiglia addosso a prendere decisioni al posto mio, Lidia mi ha suggerito di giocare d'anticipo e di cercarmi da solo un terapeuta: uno psichiatra no, qualcuno di neutrale, e scelto da me. Neutrale, e scelto da me. Esattamente quello che mi è mancato nei cinque anni successivi. Me l'ha messo giù in due righe una ragazza poco più che ventenne e io me lo sono lasciato passare davanti.

Le cinghie, che erano quello che io mi aspettavo di trovare entrando, sono arrivate più tardi: due volte in cinque ricoveri, e la prima ci ha ancora messo più di un anno ad arrivare. Quando arriveranno si raccontano intere, con la loro ora e con quello che si prova, perché è l'unica cosa che questo libro ha promesso ad alta voce.

C'è invece una piccola conseguenza che quel reparto senza cinghie mi ha lasciato, e la racconto perché non conosco esempio migliore di come impara un

corpo. Esiste una sequenza che so a memoria e che va sempre nello stesso ordine: prima il veicolo con i lampeggianti, poi la stanzetta, poi i vestiti che ti tolgono, poi la porta che si chiude da fuori e, in due occasioni, le cinghie. Ripetuta cinque volte, quella catena si è incisa nel mio sistema nervoso, che oggi non ha bisogno della catena intera: basta che veda il primo anello e monta già l'allarme completo, e non mi consulta. Per questo, quando vedo passare un'ambulanza, faccio un salto. E non è un modo di dire: attraversa la strada un'ambulanza, o suona una sirena tre isolati più in là, e prima che io abbia il tempo di pensare qualcosa mi è già arrivata la fitta nel petto. Prima di quell'inverno quei mezzi non mi facevano niente; erano macchine con le luci e con la fretta. Dopo hanno smesso di esserlo, perché per me un'ambulanza non significa più che stanno aiutando qualcuno. Tutto questo ha il suo nome, e il nome non è essere diventato un isterico: si chiama richiamo traumatico, e il salto non è un'esagerazione del corpo, è esattamente il lavoro per cui quel meccanismo esiste. L'inconveniente è che a me l'hanno tarato su un oggetto che in una città grande ti sfila sotto la finestra ogni venti minuti. E di tutta la catena c'è una cosa che mi sembra profondamente ingiusta: l'unico anello che non è mai stato ostile è proprio quello. Quelli che stavano dentro facevano il loro lavoro, quasi sempre lo facevano bene, e qualcuno mi ha parlato con una decenza che ancora ricordo. Il fatto è che il corpo non separa chi ti porta dal posto dove ti portano. Sette anni più tardi continuo a saltare. Accanto al resto è una sciocchezza, lo so. È anche il promemoria quotidiano, gratuito e puntuale che quella roba è successa e che è ancora archiviata in un posto a cui io non arrivo.

Allora non avevo con che cosa confrontarlo, ma quella era la reclusione nella sua versione leggera: un centro piccolo, senza urla di sottofondo, con la chiave girata e poco altro. Nel giro di meno di un mese avrei conosciuto l'altra versione, quella seria. Ed è per questo che, quando mi chiedono da dove mi viene il panico di essere ricoverato, non racconto mai questo reparto. Racconto i successivi.

Capitolo 28 • Il nome

Sono uscito dalla clinica e sono tornato a casa di mia madre, e la mia testa ha continuato per la sua strada: dormire poco e male, le idee che partivano e non si chiudevano, il mondo leggermente spostato di posto. Quelle dimissioni non avevano curato niente, avevano contenuto. E delle settimane venute dopo resta l'archivio di mia madre, dove con quattro messaggi si vede intero quello che stava arrivando addosso. Per prima cosa, la sua domanda di sempre: se avevo le pastiglie con me. Io le ho mandato una foto e lei mi ha rispedito un bravissimo, tesoro, e dei baci. Il giorno dopo le è venuto in mente di propormi di andare a fare la residenza e di lasciare di passaggio il certificato all'ambulatorio. Ha dovuto chiedermelo due volte, perché la prima le ho risposto con un ahà e a lei un ahà non bastava: che cosa volesse dire quello, se sì o se no. E la mia risposta ritrae il mese da cima a fondo: che voleva dire domani, che quel giorno avevo un sacco di lavoro, che un canale video non si lancia facendo pratiche amministrative. Tre minuti dopo, con l'aplomb di un direttore marketing, le ho aggiunto il dato tecnico: che il lunedì, chissà perché, è il giorno in cui la gente guarda più video, e che io lo attribuivo alla botta giù del lavoro e al rientro dal fine settimana. Mia madre mi chiedeva di passare dall'ambulatorio. Io le rispondevo con i dati di ascolto.

E poi c'è l'altra serie di messaggi, che è quella che davvero mette una data all'episodio, perché sono quelli che scrive una madre a un figlio che dorme in casa sua, a due pareti di distanza. All'inizio, con educazione: se poteva abbassare il volume, per favore, grazie. Qualche giorno dopo, la stessa cosa. Una notte, di nuovo la stessa cosa. Quella notte per giunta mi ha chiamato, non le ho risposto, e passata la mezzanotte l'educazione le è finita di colpo: che abbassassi il volume e mi mettessi a dormire una buona volta, cazzo. Io le ho risposto okii. Ha richiamato. E poco dopo, di nuovo per iscritto, che facessi il piacere di smettere di trascinare la sedia e di non disturbare più. Lì c'è una donna anziana che supplica suo figlio, nel cuore della notte, di non trascinare una sedia. Quella non è una scenetta domestica di malumore. È un prodromo maniacale verbalizzato

per iscritto, e dall'unica persona che stava dentro quella casa. Un giorno e mezzo dopo il messaggio della sedia, io mandavo a lei e mandavo a Lidia esattamente la stessa frase: che mi obbligavano a ricoverarmi.

C'è stata di nuovo una litigata con mia madre, ed è di nuovo salita fino a dove non si può più salire. Di nuovo la polizia sulla porta, di nuovo i sanitari e di nuovo il sì o sì: vieni con noi o vieni con noi. Nemmeno quella volta ho opposto resistenza. Di quella mattina l'archivio conserva i due capi del filo. Dalla mia parte: che mi obbligano a ricoverarmi; un minuto più tardi, che non so se sia legale; sette minuti più tardi, che per quando leggerai questo non avrò più batteria, e dietro un ti voglio bene. Dalla parte di mia madre, nello stesso minuto: che lei non è ancora riuscita a parlare con il medico. E da quella di Lidia, a metà mattina: che vede che sono rimasto senza batteria, che chiamerà mia sorella perché mi porti su un caricabatterie; e a mezzogiorno, che mi vuole bene, che tanto coraggio, e che il pomeriggio dopo mi porta il beauty d'emergenza dove mi trasferiscono. Dove mi trasferiscono. Una donna che mi conosceva da nove settimane preparava un beauty per un reparto di psichiatria di cui nessuno dei due sapeva ancora il nome, e poi ci è entrata, come era entrata nel primo, ad abbracciarmi e a sedersi sulla sedia. A Marta la notizia è arrivata da mia sorella. E per anni io ho raccontato che mi avevano ricoverato per aver urlato, finché mia sorella non me l'ha smontato in una riga, molto tempo dopo: che quella roba non è arrivata per delle urla, è arrivata dietro a un mucchio di altri sintomi che si trascinavano da mesi. Ha ragione. Raccontarlo come un ricovero per aver urlato mi tornava a meraviglia, perché così restava sproporzionato e io restavo innocente. Ed era una bugia. Mi hanno ricoverato per quello che andava avanti da mesi e che nessuno, a partire da me stesso, ha saputo chiamare con il suo nome in tempo.

Stavolta è stato nel pubblico, nell'ospedale a nord, che era lo stesso dove anni prima avevo passato tre giorni tra la terapia intensiva e la medicina interna senza che nessuno legasse un filo all'altro. E stavolta non era la versione gentile. Corridoi di linoleum, e certe finestre che davano sul cortile interno: ghiaia sotto e il muro dell'ala di fronte davanti. Nemmeno una pianta, nemmeno un giardino, nemmeno un posto dove uscire a prendere aria. Uno spazio che sembra pensato per far male a chi ha la sfortuna di passarci diverse settimane della sua vita senza un solo diritto civile. La cosa buona è che lì sì che c'è stato tempo: tempo per guardare, per valutare e per fare quelle domande la cui risposta ci mette settimane a comparire. Un giorno è entrata la dottoressa con un tablet in

mano e un'espressione che ci ho messo anni a saper nominare: quella di chi si sta caricando una responsabilità sulle spalle. Mi ha chiesto se io sapevo perché ero ricoverato. Le ho risposto che avevo minacciato mia madre; che non conservavo il ricordo esatto di averlo fatto, e che l'unica cosa che mi restava di quella roba era la faccia che aveva fatto lei. Ha annuito e ha scritto qualcosa. Poi mi ha chiesto dei precedenti familiari, e lì è comparso mio padre: suicida tredici anni prima, con una diagnosi di disturbo bipolare e con un litio che prendeva a modo suo e non come glielo avevano prescritto. Un'altra annotazione. E allora mi ha detto che la roba di quelle settimane era stata una fase maniacale con elementi psicotici, e che quello che mi aveva portato fin lì aveva un nome.

—E adesso?

—Adesso, stabilizzare. Farmaci e controlli.

—Per quanto tempo?

—I farmaci, a vita.

Ci ho messo a digerire quella frase più di quanto normalmente ci si metta, perché gli antipsicotici ti lasciano il pensiero in ritardo, come se le parole dovessero percorrere un tratto in più prima di atterrarti dentro. Le ho chiesto se quello voleva dire che non sarei stato bene del tutto mai più. Mi ha risposto che con la terapia giusta si può condurre una vita funzionale, e che senza terapia gli episodi arrivano più spesso e arrivano peggio man mano che passano gli anni. Le ho chiesto quale terapia fosse. Tra le altre cose, litio. Ho detto va bene, senza capire davvero a che cosa stessi dicendo di sì. Non ho firmato nessun consenso informato: quel foglio l'ha firmato la mia famiglia per me. E la prima pastiglia l'ho presa quel pomeriggio, ormai sul tardi, con la notte d'inverno addosso, e quello che è successo allora nella mia bocca è raccontato nella prima pagina di questo libro, e quello che è successo dopo va nel capitolo che viene. Qui tocca l'altra cosa: il nome, e perché ci ha messo tanto.

Perché il nome mi è arrivato due volte, e conviene essere esatti, visto che il fascicolo lo è. In quella stanza mi è arrivato a voce, con la parola litio, la parola bipolare e la frase a vita. Per iscritto è arrivato molto più tardi, ed è arrivato per gradi. Nelle dimissioni del primo reparto hanno scritto un disturbo psicotico da sostanze, da valutare l'evoluzione verso un disturbo bipolare primario. In quelle di questo, un episodio psicotico. Al centro di salute mentale, settimane dopo, una psicosi tossica in remissione, con il disturbo bipolare messo lì accanto come una possibilità da valutare con più tempo e senza consumo di mezzo. Sei mesi più tardi l'orientamento era ancora aperto tra tre opzioni. E la diagnosi de-

finitiva, disturbo bipolare di tipo uno con sintomi psicotici, non si è fissata fino alle dimissioni del terzo ricovero, quattordici mesi dopo quel primo reparto. Si guardi l'ordine, perché è l'ordine di tutta questa storia: prima mi hanno dato per sempre lo stesso sale che si è preso mio padre, e quattordici mesi dopo l'hanno scritto su un foglio. E bisogna spiegare perché ci mette tanto, perché la gente sana si immagina che una diagnosi psichiatrica si faccia come una radiografia, e si fa come una biografia. Primo, per la regola del manuale: se ci sono sostanze nel sangue, la psicosi si attribuisce alle sostanze finché non si dimostra il contrario, e per dimostrarlo bisogna vedere il cervello pulito per mesi, e io era un anno che non stavo pulito neanche un mese di fila. Secondo, per la malattia stessa: il disturbo bipolare di solito entra dalla porta della depressione, e una depressione si chiama depressione e si cura come tale per anni; e l'altra metà, l'ipomania, non arriva mai in un ambulatorio, perché ci si sente da dio e nessuno prende appuntamento perché si sente da dio. E terzo, perché la diagnosi si fa all'indietro, leggendo una storia, e la mia era tutta lì e non letta: due passaggi al pronto soccorso per sintomi psicotici due anni e mezzo prima, e un padre con lo stesso nome scritto nella cartella. Nessuno aveva messo insieme quella roba finché non l'ha messa insieme una donna con un tablet. Ci sono studi che misurano dieci anni di media tra i primi sintomi e la diagnosi; il più benevolo parla di sei. A me il litio e il nome li hanno dati a trentatré anni, me l'hanno scritto a trentaquattro, e il primo episodio che oggi so leggere come episodio l'ho avuto più di dieci anni prima. Quello che qualcuno ha vissuto accanto a me come un anno interminabile era, nella scala vera di questa malattia, l'ultimo tratto di un'attesa di più di un decennio. E poi c'è la lite di grammatica che conosce chiunque abbia una diagnosi: se uno è bipolare o se uno ha un disturbo bipolare. La clinica si tiene l'ha, perché la diagnosi non si mangi il nome proprio. Io ho finito per prendere una terza strada: dentro l'episodio uno è la malattia, perché lì a decidere è l'episodio; e quando torna la calma passa ad averla, come si ha una cicatrice.

C'è una cosa dei reparti di psichiatria che da fuori non si immagina nessuno, ed è che lì dentro nascono amicizie vere. La gente crede che un reparto per acuti sia una galleria di catatonici e di maniaci andati. Ce ne sono, e io sono stato uno di loro. Ma c'è anche gente sprofondata in una depressione, gente che arriva da un tentativo di suicidio, gente rotta in punti che non le impediscono di parlare né di ascoltare. E tra quelli che possono parlare si forma una convivenza che somiglia soltanto a quello che si racconta delle carceri: la fratellanza di chi sta

chiuso insieme, senza cellulare, senza lacci nelle scarpe e senza un personaggio da recitare, senza niente da darsi l'un l'altro tranne la verità. Lì dentro la posa non ci sta, perché non c'è dove metterla.

In quel ricovero ho conosciuto una donna che mi ha accompagnato più di chiunque altro in quelle settimane. Siamo diventati amicissimi in quattro giorni, che lì dentro è il tempo che ci mettono le cose. Era una persona meravigliosa, calda, di quelle che chiedono e poi restano ad aspettare la risposta. Era lì per la stessa cosa per cui c'ero io. Depressa. Con lo stesso sale sul comodino.

Tempo dopo che avevano dimesso tutti e due, si è tolta di mezzo. L'ho saputo ormai fuori, e sono rimasto seduto un bel pezzo con quella roba in mano senza sapere dove metterla. Lo scrivo per quello che mi ha insegnato, che è l'unica cosa che questo libro sa fare con i suoi morti. La donna che rideva con me nella sala comune era esattamente la stessa che tempo dopo ha deciso di non tornare. E non era nessuna delle due. Era tutte e due. Uno sta male in un momento preciso e sta perfettamente bene in tanti altri, e il sale del comodino serve per tutte e due le cose, a seconda di chi ce l'ha in mano e a seconda di quando ce l'ha. Quello era quello che avevo io nella mia, quel pomeriggio d'inverno, con il nome appena inaugurato.

Capitolo 29 • L'eredità

Sono uscito dal secondo ricovero con una scatola di litio, un appuntamento per una puntura mensile di antipsicotico, un bugiardino di effetti collaterali che occupava due facciate e una stanza di dodici metri quadri nella casa vecchia del paese, la stessa da cui Marta se n'era andata con la valigia. Zero euro sul conto, e il debito di quell'anno che mi aspettava con la pazienza che hanno i debiti. E mia sorella. A organizzare quello che c'era da organizzare ci ha pensato Sonia: gli appuntamenti dell'ambulatorio, il controllo delle pastiglie e, soprattutto, le conversazioni con mia madre perché il senso di colpa non mi passasse sopra. È stata anche quella che mi ha tirato fuori, la prima settimana, l'unica frase di quell'inverno che mi è servita a qualcosa: che io non avevo nessun obbligo di stare bene, che il mio obbligo era seguire la terapia e basta. Io e lei ci curiamo a vicenda da bambini, e sono quarant'anni che andiamo avanti così senza che nessuno ci abbia spiegato perché ci viene tanto da soli; quella primavera toccava che il turno fosse suo.

E qui arriva il primo pezzo, quello che costa più fatica spiegare. Io sono arrivato a quella primavera credendomi sano. Non ero un uomo che sapeva di essere malato e che si rifiutava di curarsi, che quell'uomo esiste e ha il suo capitolo nei manuali: ero un uomo che si credeva sano e che viveva, come minimo, in un'ipomania perpetua che a Marta sembrava il mio carattere e che a me sembrava il mio carattere. Quello che era uno stato l'avevamo chiamato tutti e due, per anni, personalità. Ed è con quella testa che mi hanno messo il litio. Quella non è ricevere una diagnosi. Quella è ricevere un'eredità di colpo, senza testamento e senza notaio: quella di un padre totalmente disfunzionale, che mi ha abbandonato ammazzandosi, e che per giunta salta fuori che mi aveva lasciato questa roba dentro. In un pomeriggio sono diventato tre cose insieme e senza nessuno che me ne spiegasse una: il figlio del malato che si è ammazzato, malato io, e paziente dello stesso farmaco che è stato l'arma.

E non ci credevo. Lo dico così, chiaro, perché l'ho verificato dopo, messaggio per messaggio, con l'archivio davanti. Nei quasi due anni di conversazione

che mi restavano con Marta la parola bipolare non l'ho scritta nemmeno una volta. Né appena uscito dal reparto in cui me l'avevano messa addosso, né dopo. Parlavo del ricovero, delle pastiglie, della dottoressa, del consumo, del poco che riuscivo a ricordare; del nome, mai. Con Raquel, uguale: in anni di chat la parola compare una volta sola, molto dopo, scritta da lei e per dirmi che mi ci nascondevo dietro. Non lo stavo nascondendo a nessuno. È che non ci credevo. E ci sono altre due prove, che mi mettono ancora peggio. A Lidia, con le dimissioni fresche, sono stato a dettagliare per iscritto le mie riserve a mettermi quella roba in corpo, e un minuto più tardi, senza uscire dalla stessa conversazione, le giuravo che l'avrei presa esattamente come me l'avevano prescritta a patto che non ci fosse consumo di mezzo: lo stesso uomo, le due cose, lo stesso minuto. E un anno e mezzo dopo ho lasciato scritto che io prendevo il litio per una bipolarità che, secondo chi stava scrivendo quella riga, non aveva. Un anno e mezzo di sale in bocca mattina e sera, e quello che lo mandava giù continuava a non ammettere per che cosa.

La mancanza di consapevolezza di malattia l'ho già spiegata, e non si spegne con le dimissioni: si attenua, e risale appena si affaccia l'episodio successivo. Ma qui c'era qualcosa in più, ed è quello che dà il titolo a questo capitolo. Credere alla diagnosi voleva dire accettare che io ero mio padre. Che quei suoi anni con la tapparella abbassata e quei mesi sul divano senza passare dalla doccia non erano stati freddezza né disamore, ma la parte di sotto di un arco a cui nessuno ha messo un nome. E che i periodi in cui sembrava capace di tutto, legge compresa, non erano né il suo carattere né la sua forza: erano esattamente i giorni in cui io, decenni più tardi, trascinavo Marta e Raquel a un ritmo che lasciava distrutto chiunque. Accettare la pastiglia voleva dire accettare tutta la catena, dal nonno al padre e dal padre a me, e pensare per la prima volta a Claudia, mia figlia, con quella catena in mano. Nessuno vuole firmare quella roba a trentatré anni. Così uno fa quello che ho fatto io: mandare giù il sale e non crederci.

E adesso che cos'è il litio nella pratica, perché di questo non mi ha raccontato niente nessuno e a chi legge queste pagine da dentro un reparto servirà più di qualunque altra cosa di questo libro. È un sale. Un elemento della tavola periodica, il terzo, tra i più semplici che esistano, e nessuno sa fino in fondo perché funziona; si sa che funziona, che è diverso, e che sono settant'anni che tiene su gente come me e che abbassa il suicidio in questa malattia come non ha fatto nessun altro farmaco. Quello che fa è mettere un tetto e un pavimento: non toglie la tristezza di una giornata brutta né dà allegria, tiene il pendolo perché non

vada lungo né in alto né in basso. E quello che pretende è proprio quello che lo rende pericoloso: il margine tra la dose che serve e la dose che avvelena è stretto, un sorso di differenza, ed è per questo che va misurato nel sangue. Questa è la litiemia: un prelievo fatto dodici ore dopo l'ultima assunzione, all'inizio ogni poche settimane e poi ogni pochi mesi, che dice se sei dentro il range o fuori. Con lo stesso prelievo si guardano il rene e la tiroide, perché il sale esce dall'uno e tocca l'altra. Bisogna bere acqua. Un'estate in cui si suda molto, una gastroenterite, un diuretico qualunque, possono spostarti il livello senza che tu abbia cambiato la dose. E va preso alle sue ore, mattina e sera, sempre, senza giorni liberi, perché la presa che si salta non si recupera. Mio padre si metteva da parte le prese che si saltava. Io ho già detto che cosa faccio con le mie.

E quello che toglie, di cui non mi ha avvisato nessuno. Si è portato via le notti in bianco, e non parlo di quelle dell'insonnia da preoccupazione, ma delle altre: quelle in cui non hai bisogno di dormire, con il corpo che alle tre del mattino fabbrica progetti e idee e quella certezza che al mondo non ci fosse una porta chiusa. Si è portato via la velocità, e con lei le connessioni che arrivavano a cascata prima che uno riuscisse ad annotarle, e quella capacità di seguire quattro conversazioni senza perdere il filo di nessuna. E durante il primo anno, con l'antipsicotico a fargli compagnia, si è portato via il piacere di sentire forte: al mondo si sono abbassati di parecchi punti i colori, e quell'ipersessualità che mi aveva governato per vent'anni si è spenta al punto da sembrare inesistente. Il centro si chiama eutimia, e il centro, per mesi, si sente come un vuoto. Come se qualcuno avesse abbassato il volume del mondo e se ne fosse andato con il telecomando in tasca. Quella roba non te la racconta nessuno, né il medico né la famiglia, che ne aveva già abbastanza, e la scopri da solo: che hai passato anni a vivere negli estremi e che il centro ti suona come silenzio perché non ci sei mai stato. E ancora peggio: che senza accorgertene avevi messo l'ipomania come metro della salute, quella tua versione brillante e instancabile, e che accanto a un incendio non bruciare somiglia parecchio all'essere spento.

Ecco il motivo per cui si abbandona, e non è quello che crede la gente sana. Non si molla per distrazione. Si molla perché sei piatto e ti ricordi di com'eri in alto; si molla perché appena si affaccia un prodromo il cervello decide per conto suo che la medicina è il nemico e che l'altra cosa, la bottiglia o quel che è, è l'amico di sempre; e si molla per quello che ho già detto nella prima pagina, quando stai bene. Quelli che l'hanno misurato calcolano che quattro pazienti su dieci la mollino a un certo punto, e in questo non sono stato un'eccezione:

quell'anno ho continuato a prenderla, brontolando, e l'ho mollata due volte dopo, e tutte e due le volte sono raccontate dove tocca.

E quello che dà, che ci ho messo un anno a vedere. Quello che dà è continuità. Ti restituisce la possibilità di cominciare una cosa e finirla, perché il ciclo non ti cambia più per strada. Quella di reggere una conversazione intera senza che la testa se ne vada da un'altra parte. Quella di decidere qualcosa oggi e che tra due settimane esista ancora quello che l'ha deciso. Con gli anni mi ha dato per giunta mia figlia, che posso vedere crescere invece di sparire dentro un episodio; mi ha dato Laia, perché prima che qualcuno resti bisogna che uno sia abbastanza fermo perché restare sia un'opzione; e mi ha dato questo libro, che in uno qualunque dei due estremi sarebbe stato impossibile da scrivere.

E resta una foto di quella primavera. Cinque settimane dopo le dimissioni, nella cucina di casa di mia madre, con Sonia e una torta con sopra le candeline. Bisogna guardarla bene, perché lì c'è tutto quello che serviva e non c'è niente di più: una diagnosi per iscritto, una terapia cominciata, una casa, una famiglia seduta a tavola e un uomo disposto a imparare a vivere con quello che gli avevano appena detto che aveva. Lì questa storia poteva anche finire. Non c'era nessun motivo perché dopo quella torta venisse niente di quello che è venuto; niente di tutto ciò era scritto da qualche parte né era la conseguenza inevitabile dell'essere malato.

L'ultima cosa riguarda mia figlia. Ho già detto che cosa dicono gli studi sui gemelli, e Claudia si porta nel sangue una possibilità che io non le posso cancellare. Quello che invece è in mio potere è che, il giorno in cui le servirà, non si passi trent'anni ad aspettare che qualcuno dia un nome a quello che le sta succedendo. È esattamente quello che è mancato a me, ed è l'unica cosa che le posso dare. E oggi, quando esco di casa per qualche giorno, l'avviso che mando ai miei non cambia mai: che di tutto quello che ho mi porto solo il litio.

Capitolo 30 • Bene e forte

Tra il primo ricovero e il secondo, con il telefono nuovo che avevo dovuto comprarmi dopo la rapina, ho scritto a Marta due righe: un senti, e la domanda se mi avesse bloccato. Mi aveva bloccato. Non c'è stata risposta, e non c'è stata nei due mesi successivi, che sono stati quelli dei due reparti, della diagnosi e delle dimissioni. E non c'era bisogno che io la avvisassi di niente, perché sapeva tutto: in quei mesi continuava a parlare con mia madre e con Sonia, e per quella linea le sono arrivati i due ricoveri, con le loro date e il loro ospedale. Lo sapeva e non è venuta. Quella che è venuta è stata una donna che io conoscevo da settimane.

Tre giorni dopo le dimissioni la conversazione è tornata a esistere, e quella che ha rotto il silenzio è stata lei. La prima cosa che c'è è che io la ringraziavo per avermi scritto, perché avevo bisogno di sue notizie, e lei che non la ringraziassi, che non era stata capace di farlo in altro modo. Io, che lo sapevo, che nemmeno io ero stato capace, e che la cosa miracolosa era che ero ancora vivo. E da lì in poi, in meno di mezz'ora, tutto quello che avrebbe retto e distrutto quell'anno, detto tutto d'un fiato: che adesso avrei vissuto con ancora più voglia; che mi dessi tempo e coccole; che avevo un foglio bianco davanti; che non ero solo e che lì c'era tanto amore; che non mi voleva fuori dalla sua vita, ma che mi voleva bene e forte e sapere che ce la facevo; e che non voleva farsi male da sola. Io ho risposto che la vita è lunghissima, e che però mi faceva strano dirlo. E ci ho creduto a tutto.

Oggi lo leggo con un'altra testa, e non per presentarle il conto. Un foglio bianco a tre giorni dalle dimissioni è un uomo senza memoria di quattro mesi. L'amore che c'era lì era quello di mia madre e quello di mia sorella; il suo me lo stava dando per iscritto da dove non era. E bene e forte è esattamente quello che la malattia ha appena tolto a un malato appena diagnosticato. Mi stava dicendo, senza saperlo, che mi voleva nella fase alta. Il giorno dopo, quando le ho dato la mia prima spiegazione di quello che era successo (che la roba brutta se n'era andata con il ricovero, che la droga mi aveva fatto molto male e che non mi avreb-

bero più ricoverato), ha risposto due cose di fila. Che sapeva che era meglio stare così, perché ci sono cose che guariscono solo così. E che tre mesi prima lei era lì, solo tre mesi. E quando le ho detto che mi ero drogato tanto, mi ha corretto la cronologia senza alzare la voce: che io mi drogavo già da molto prima. Stare così voleva dire stare separati. Lei la distanza la guariva, e in questo non mentiva a nessuno. Me, stando a tutto quello che è stato misurato su questa malattia, la distanza dalla persona con cui dormivo era il fattore che pesava di più contro. Quello che guariva lei, a me faceva prognosi. E dentro i tre mesi che contava lei ci stavano due reparti di psichiatria.

Una settimana più tardi le ho raccontato che avevo ripassato con mia madre e con mia sorella i giorni in cui se n'era andata, e che non mi ricordavo quasi niente, come se la mia mente si fosse protetta o non fosse stata lì. Ci ha messo tre ore a rispondere e ha risposto che era rimasta sotto shock, che lei pensava che io mi ricordassi. Che per parlare di quella roba era pronta, che erano mesi che ci girava intorno. Mesi a girare intorno a dei giorni che io non avevo. Di quell'inverno esiste una sola versione completa, e non è la mia.

E quello che avevo accanto mentre parlavamo era questo. Mia madre si era trasferita in pieno inverno in un altro paese del Vallès, dove viveva già Sonia, e a me ha lasciato tutta la casa vecchia, e io non l'ho retta: mi portava troppi ricordi, quelli di Marta e quelli della psicosi, e non sapevo reggere una casa né reggere me. Ho trovato un lavoro a termine di due mesi, venditore telefonico a freddo, che vuol dire chiamare gente che non vuole essere chiamata con il cervello appena uscito da un reparto e appena messo a litio. Se qualcuno dovesse progettare il lavoro meno indicato per un uomo nella mia situazione, farebbe fatica a fare di meglio. Mi sono trasferito vicino al lavoro, in un paese dell'area metropolitana, in una stanza dentro una casa altrui con due coinquilini che non scambiavano una parola con me, e non ero capace di passarci un fine settimana: tutti i venerdì me ne andavo a casa di mia madre o mi vedevo con Lidia. E Lidia era, allora, una sconosciuta che mi dava un affetto enorme, e io mi ci aggrappavo come ci si aggrappa a quello che c'è. È stato in quella casa dove nessuno parlava che per la prima volta nella mia vita ho fatto a un motore di ricerca la domanda che a un motore di ricerca non si fa, come farla finita, e con la stessa sostanza che si è portata via mio padre. Non mi ha risposto, ovviamente. Lo lascio scritto perché fa parte del fascicolo e perché chi oggi si trova in quella casella merita di sapere due cose: che quella era la malattia che parlava, e che da lì si esce.

Sette settimane dopo le dimissioni le ho scritto che mi sentivo solo, che quello era il peggio, che ero un po' giù. E lei ha risposto che non fossi così negativo, che quei pensieri venivano sempre a me; che dovevo essere consapevole di non essere una vittima, e perfino cambiare il modo di parlare; e che uno è come si mostra agli altri. Io, pochi minuti dopo: che aveva ragione da vendere, ma che in quei giorni mi sentivo così, anche se al lavoro mettevo su la faccia gentile. Ecco lì l'anno intero: un uomo con sette settimane di litio che dà ragione alla frase che nega la sua malattia. Io non stavo facendo la vittima: le stavo descrivendo un sintomo, e lei ha risposto al sintomo come se fosse una posa. E uno è come si mostra vale per la gente sana; per quello che ho io è esattamente il contrario. I criteri della mania sono una lista di modi di mostrarsi (più loquace, meno sonno, l'autostima alle stelle), e quelli della depressione la lista opposta (l'eloquio lento, il corpo di piombo, il pensiero che torna sempre su se stessi). Questa malattia è, letteralmente, una malattia di come ti mostri. Un cardiologo non ti dice che sei come si mostra il tuo elettrocardiogramma il giorno dell'infarto. Qui, con l'organo che gestisce proprio il mostrarsi, è stato fatto esattamente questo.

Uno studio di più di venticinque anni fa ha seguito mese per mese pazienti di tipo uno e ha misurato una cosa molto precisa: un sostegno sociale basso non cambia granché nella mania, ma allunga la guarigione degli episodi depressivi e li rende più sintomatici. È specifico della fase in cui ero io, la depressione di dopo la psicosi. E per giunta l'emotività espressa, che è già raccontata: non serve che la critica di chi ti sta intorno sia crudele, basta che dica al sintomo che è una posa. Quella primavera ho avuto le due cose insieme, dalla stessa persona e con affetto: il ritiro (che non era pronta; che siccome stava bene, vedermi le dava angoscia; che non aveva paura di me, ma di se stessa; che se bruciava voleva dire che c'era vita) e la correzione. E per di più le chiedevo scusa di chiedere. Scusa se disturbo, scusa se ti stresso, scusa se ti destabilizzo. Un uomo appena uscito da due reparti che chiede scusa per aver chiesto se poteva vedere il suo cane, e una donna che chiede scusa per aver tardato a rispondere perché era sotto la doccia. Lo racconto perché fino a poco tempo fa non ero riuscito a leggerlo.

L'estate è stata un anello che si mordeva la coda, e si descrive da sola. Io salutavo. Lei raccontava il lavoro. Io chiedevo di Toby. Lei raccontava il lavoro. Io dicevo che mi mancava; lei, che era in un altro momento. Io chiedevo meno di quello che volevo; lei concedeva meno di quello che chiedevo. Dicevamo

tutti e due che ci volevamo bene, io mi scusavo di essere pesante, e il giorno dopo si ricominciava. Un giorno ha detto la cosa più esatta di tutto quell'anno: che a lei mancava un Marcos che non esisteva, e a me una Marta che ormai non esisteva più nemmeno lei. Un altro, che la soffocavo; che era più felice sapendo che io stavo bene e mi facevo forte ogni giorno un po' di più; che mi chiedeva di essere io a rigirare tutta quella roba. Una notte le ho scritto che mi dispiaceva moltissimo di essere stato così egoista, che ero stato molto malato, che la colpa era grande, e lei due volte di fila che non era colpa mia; che dovevo perdonarmi e lasciare che facesse male, perché io non avevo deciso di stare così; e che nemmeno lei aveva potuto fare di più per me. Perdonarmi di che cosa, mi chiedo oggi. Uno si perdona una colpa, e quello che avevo io era una diagnosi. E sì che poteva fare di più per me: era l'unica variabile che la letteratura indica per quello che avevo io.

E la notte delle tre ore, con l'estate ormai cominciata, ha detto finalmente ad alta voce quello che erano mesi che non diceva: che dietro c'era la paura di una reazione da parte mia e di tornare all'inferno di quell'inverno. Io ho chiesto paura di che cosa, scusa. Di una reazione negativa, o depressiva al massimo, o che ne sapeva lei. E quando le ho parlato di provarci dalla stabilità, con il litio addosso e la puntura addosso e quattro mesi di terapia, mi ha risposto che quella era una bella favola, ma che la vita vera era un'altra. E cinque parole: nessuno muore d'amore. Le rispondo con l'unica parte di tutta questa roba che non dipende da me. Una metanalisi con cento studi ha misurato che nei primi tre mesi dopo una dimissione psichiatrica il tasso di suicidio è circa cento volte quello mondiale, e che nel resto del primo anno resta quasi sessanta volte. Io ero a quattro mesi dalle dimissioni. Nessuno muore d'amore. Si muore di quello che avevo io, nei mesi esatti in cui me lo scriveva. E quella primavera io la domando a un motore di ricerca l'avevo già fatta.

In quel periodo mi hanno rifiutato una stanza perché i padroni di casa avevano letto su internet quello che avevo scritto durante l'inverno, e non gli sono bastati né il contratto firmato né il referto medico. E qualche giorno dopo le ho raccontato che avevo trovato una casa con Lidia, che era stata una decisione molto rapida perché stavano cacciando tutti e due dalle nostre. Lei ha detto che andava benissimo, che la sua vita stava cambiando in una direzione che le piaceva molto; che non eravamo in condizione di stare insieme e che rendersi conto che una cosa non funziona è anche quello amore; che aveva chiuso quel capitolo e che le serviva per essere felice. E il giorno dopo, tutto intero: che la cosa

migliore sarebbe stata parlarsi ogni tanto e lasciarci essere; che non credeva che io capissi chi fosse lei, e che non aveva forze per fare altri sforzi per capire me. Io ho chiesto di poter chiedere di Toby ogni tanto, e ho preso atto con una frase: che mi stava dicendo di smettere di parlarci, per sempre. Le sue ultime parole di quell'estate sono state che mi augurava il meglio, che è inseparabile dall'amore.

Ho conservato la speranza di tornare con lei fino a quel giorno, e un po' di più, finché non ho accettato che quella roba non era una parentesi. Era la mia vita. E oggi dico una cosa che non mi piace dire e che è vera: sarebbe stato meglio se non mi avesse più rivolto la parola. Non per quello che diceva, che era affettuoso; per quello che faceva. Un ti voglio bene la sera e la mattina dopo la frase che non poteva essere altrimenti, dallo stesso telefono e dalla stessa persona, per mesi di fila. Uno psichiatra inglese ha descritto sessant'anni fa quello che fa un animale quando la sua figura di attaccamento sparisce: prima protesta, cerca, chiama e non smette di chiamare, e quella fase si spegne solo quando smette di ricevere segnale. Io ricevevo segnale tutte le sere. Così la protesta non si spegne: si cronicizza, e un cervello appena diagnosticato passa un anno intero ad aspettare, ogni sera alla stessa ora, la frase che ormai non significava quello che lui aveva bisogno che significasse.

Capitolo 31 • Rigidare tutto

Alla fine di quell'estate mi sono trasferito con Lidia in un attico minuscolo e scalcinato nel paese di sopra, dove vivevano già mia madre e mia sorella, e il palazzo aveva sulla targa dell'ingresso un nome di santa. Lo racconto perché è esattamente quello che mi succedeva dentro: non potevo guardare quella targa senza ricordarmi della casa pazzesca che avevamo visto io e Marta in una via di Barcelona con quello stesso nome, quella che guardavamo come si guarda una vetrina. Ogni volta che entravo in casa mia nuova, con un'altra donna, il portone mi riportava a quella che non abbiamo potuto avere. E anche così con Lidia c'è stato affetto e c'è stata pace: quella roba è valsa la pena. Ma da due persone che si mettono insieme senza aver fatto un lutto non viene fuori niente di buono, e nessuno dei due l'aveva fatto. Io mi trascinavo dietro la valigia di Marta, e lei il suo ex, che ha continuato a vedere quell'autunno. In quell'attico vivevano tre lutti in quaranta metri, e io ho passato mesi a cercare per la roba mia un nome più presentabile di gelosia, ed era gelosia, e mi ha eroso quel tanto che bastava perché tornassi a bere. Una birra al rientro dal lavoro. E quella birra è stata la base di tutto quello che è venuto dopo.

Per il resto era la vita normale, che è quello che si racconta meno in questo libro ed è quello che c'era di più: un lavoro nuovo all'assistenza tecnica, stipendio modesto e orario fisso; un master di pomeriggio; una psicologa ogni settimana, a pagamento, con cui per la prima volta stavo lavorando sulla faccenda dei tredici anni e, insieme a quella, sul trauma della separazione. E nel telefono, dopo due mesi di silenzio rispettati da entrambi, di nuovo Marta.

È stato un pomeriggio di inizio autunno e abbiamo parlato quasi quattro ore di fila. È cominciata bene. Lei era molto contenta di quanto stessi bene io, raccontava di essere molto stabile e di non pensare quasi più a cose orribili: che era arrivata a perdonarmi e, la cosa più importante, a perdonare se stessa, e che andava per la vita abbastanza leggera. Io le ho risposto con una delle frasi più dure che mi sia mai dedicato: che quanto poco aveva visto di buono di me in troppo tempo, con tutto il bene che le avevo voluto; che c'era un ragazzo cattivo dentro

che mi era costato anni tirare fuori. Non c'era nessun ragazzo cattivo. C'era un episodio maniacale di dodici mesi con sintomi psicotici, che è come lo chiama oggi la mia cartella clinica, e io lo chiamavo ragazzo cattivo perché il vocabolario che avevo a portata di mano era il suo, quello del perdono. Lei mi ha spiegato perché invece doveva perdonarsi: che mi aveva visto male in così tanti modi da aver bisogno di togliersi quelle immagini dalla testa, e che vedermi non le serviva; che non aveva passato tre notti di fila da sola in casa in tutta la sua vita. Ha imparato a stare sola nelle stesse settimane in cui io imparavo a stare ricoverato.

E dopo tre ore ha fatto la domanda: se non stavo con la ragazza che era scomparsa quando lei se n'era andata. Le ho risposto la verità: che stavo con Lidia perché lei se n'era andata, e che quando mi hanno ricoverato Lidia era lì; che poi la cosa aveva funzionato, ma che io allora ero solo spaventato e perso. E allora ha scritto la frase che riassume il disaccordo degli anni successivi: se mi rendevo conto che il mio punto di vista continuava a essere molto egoista. Che parlavo come se prima di quell'abbandono non fosse successo niente, quando lei aveva provato tutto e avevano provato tutti quelli intorno a me; che se n'era andata per sé, e che in quello sì era stata egoista, ed era l'unica cosa che avesse fatto per se stessa in anni; che il mio modo di parlare la faceva infuriare. E che era contenta che almeno Lidia mi accompagnasse.

L'unica cosa che avesse fatto per se stessa in anni, ha detto: andarsene. L'unica cosa che avevo fatto io per me stesso in quegli stessi mesi sono stati due ricoveri, un litio e nove colloqui di lavoro, e io a quella roba la chiamavo sopravvivere. Egoista è chi preferisce il proprio bene potendo scegliere; lei poteva scegliere, ha scelto, e quello stesso pomeriggio ci ha messo il nome. Io non potevo scegliere niente. E la faccenda dell'aver provato tutto l'ho già risposta: si è provato contro la droga e contro il mio carattere, che era quello che si vedeva; contro la malattia non si è provato niente.

Qui è dove va a incastrarsi una frase che lei aveva buttato lì quell'estate di passaggio, parlando di quello che le stava servendo allora: che aveva imparato a rigirare tutto. Rigirare tutto. Che è esattamente il contrario di ripararlo. Da dove le sia venuto quel modo di guardare non lo so e non spetta a me, e non ho intenzione di inventarmi una stanza in cui non sono stato. Quello che so è l'altra cosa: che un racconto costruito da soli, senza l'altro davanti, sceglie le parole per quanto alleviano. Dalla colpa si esce da due porte, riparare quello che si è fatto oppure convincersi che non c'era niente da riparare, e la frase con cui lei è

uscita dalla seconda l'ha ripetuta per tutto l'anno: che non poteva essere altrimenti. Nessuno si sente in colpa per quello che non poteva essere altrimenti; nessuno si sente in colpa perché piove. Il suo corpo sapeva che invece poteva essere altrimenti, ed è per questo che, come ha raccontato lei stessa, le ha fatto male per parecchi giorni.

E il racconto che ne è uscito ha una struttura che ho poi rivisto in tutti i racconti su di me. Per andarsene, empowerment: l'unica cosa che avesse fatto per se stessa, essere egoista le dava pace, andarsene era amore; ha chiamato amore l'andarsene quattro volte in quattro mesi. Per quello che era malattia, vittimismo: che lei non era una vittima, che dovevo essere io, che rigirassi la cosa, che la soffocavo. Ha chiesto responsabilità piena all'unico dei due che aveva una malattia che la annulla, e ha concesso a se stessa la fragilità che negava a lui. E il buco che ha lasciato aperto è questo. Tre giorni dopo le mie dimissioni, aveva scritto lei stessa che quella roba era stata una nuvola nera che mi aveva agguantato e che non ero io. La distinzione tra la malattia e la persona ce l'aveva fatta prima di qualunque mio medico, e l'ha usata per andarsene da tutte e due: la nuvola l'ha curata un ospedale, e quello che ha lasciato in quella casa ero io. Poi si è messa a ripulire il ricordo della nuvola, che era l'unica cosa che si era portata via da lì. E due anni dopo, in un altro posto e con altra gente, la stessa nuvola avrebbe avuto un altro nome. Quello si racconta dove tocca.

La clinica questa cosa la chiama rivittimizzazione: prima ti punisce la biologia e poi ti punisce la gente per i sintomi di quella stessa punizione, perché chi ti sta intorno non legge un episodio come legge un infarto, lo legge come una rivelazione. E quando il racconto dell'altro ha bisogno che tu sia il cattivo, il racconto si chiude e non ammette più niente che venga da te, né un ti voglio bene né una domanda sul cane. Per tutto quell'anno le ho chiesto scusa di essere malato, e l'ho fatto perché ho creduto a quello che mi diceva. Un malato che chiede scusa per i sintomi alla persona che l'ha lasciato per averli ha un nome, autostigma, ed è misurato: predice un'aderenza peggiore, più depressione e più isolamento. Prima del canale, delle denunce e dei fogli, la prima fonte del mio autostigma è stata lei. E l'ho imparato così bene che anni dopo continuavo a chiedere scusa di esistere.

Il giorno del mio compleanno mi ha fatto gli auguri a mezzogiorno, e di sera c'è stata un'ora e mezza di conversazione che è scesa un gradino dopo l'altro. Le ho raccontato la giornata: un tostapane che ci mancava in casa, una tazza, un pranzo fuori con Lidia. E poi l'anello: che era valsa la pena riprovarci. Lei ha ta-

gliato nel minuto successivo, che quella roba non era reale, che io stavo con qualcuno e lei con se stessa. E allora ha scritto la cosa più nuda che abbia detto in tutto quell'anno: che adesso aveva una vita che le piaceva, anche se non era quella che voleva. Che non voleva stare sola tutte le notti, e che non aveva più dormito con nessuno come dormiva con me. E che però basta, che scusa. Lo metto perché è roba sua e perché spiega l'altra cosa: ti voglio bene ma non posso vederti, detto per mesi a un cervello con il sistema di attaccamento rotto, è una porta che si apre e si chiude a intervalli irregolari, che è esattamente il modo di tenere agganciato un animale.

Qualche giorno dopo si è offerta di parlare al telefono, e la chiamata è arrivata, e l'ho presa mentre passeggiavo con Lidia. E in quella chiamata, con la voce che in una chat non ci sta, mi ha dato la colpa della sifilide di quattro anni prima, di cui lei non sapeva niente: né che era montata sopra alla faccenda dei tredici anni, né che quell'autunno io stavo proprio lì, in terapia, a vederla rimettere per la prima volta in vita mia con lo stabilizzatore dentro. Quella telefonata mi ha insegnato che il ti voglio bene e sarà sempre così era quello che si poteva scrivere, e che quello che si poteva dire ad alta voce era la sifilide. E che il rimprovero è arrivato nel momento esatto in cui io stavo, finalmente, guarendo da quello che mi veniva rimproverato.

Nove giorni dopo c'è stata la cena aziendale. Per il mio compleanno ero andato a un concerto e avevo bevuto parecchio più del normale, e a quella cena sono tornato a bere molto più del ragionevole. Poco prima di mezzanotte le ho scritto, e lei ha risposto che era curioso che giusto un anno prima stessimo malissimo. Io, che sì: malissimo malissimo, malissimissimo. Lei, che tutto finisce e cominciano altre cose. Io, che mi faceva schiattare dire di sì. Passata la mezzanotte mi ha chiesto della canzone della cena di Natale, le ho dato il titolo, e lei ha risposto con un'emoicon con gli occhi al cielo, e nel cuore della notte mi ha chiesto che cosa avessi. E sono arrivati i tre messaggi della notte. Che niente, che che cosa la stupiva. Che tanto lei non era il nemico. Che era il mio nemico. Lei ha chiesto a che cosa fosse dovuta quella roba. Io, che era dovuta a tutto il processo di merda che mi ero dovuto scioppiare per lasciarla indietro, per dimenticare quello che mi importava di più in questa puttana di vita di merda. Lei ha risposto una parola sola, un va bene, e se n'è andata a dormire.

La mattina dopo ero a lezione. Lei ha scritto che la roba della sera prima non le era piaciuta per niente; che non permetteva di tornare alla stessa cosa di un anno prima né che io credessi di poter vomitare lì quello che mi pareva; che non

era sano. Ho risposto nel minuto successivo: che avevo fresca l'ultima mobilitazione con la mia psicologa, con cui stavamo tirando fuori proprio il trauma da separazione; che mi era uscita la rabbia e la tristezza di esserci persi, e che non avrei dovuto scriverle. Lei mi ha detto di concentrarmi su quello che avevo e di lasciarla stare; che anche lei lo faceva e non mi alterava le routine né i sentimenti; che pensava di tagliare lì la comunicazione; che era sempre come volevo io. E io: che cavolo, Marta, che non volevo darle fastidio, che mi bloccasse e basta, che le chiedevo scusa e che non l'avrei più fatto. Lei: e allora fallo. Cioè: quel blocco l'ho chiesto io. E l'ho rispettato per un anno intero senza scriverle nemmeno una volta. Quello che ho vomitato è stata una frase, in un anno di ti voglio bene e di scuse; per una frase, un anno di blocco, e lo sottoscrivo, perché un cervello come il mio regge un no quando ha davanti tre cose: un motivo, una frase e una richiesta fatta da lui stesso. Senza quelle, no. Conviene tenerlo da parte, perché è la prova che servirà per il prossimo.

E una cosa di quella mattina che lei credeva e che è falsa: che il suo silenzio fosse neutro. La persona che mette in orario l'orologio di un altro non sparisce senza cambiargli il ritmo, e ho già raccontato che cosa fanno i cambi di ritmo in questa malattia. Il suo silenzio mi alterava le routine esattamente come i miei messaggi alteravano le sue. Con una differenza: lei lo diceva e io lo ricoveravo. Nelle settimane successive sono tornato a scrivere nel cuore della notte, sempre di più, il primo segnale che anni più tardi avrei imparato a leggere. Tre mesi dopo ero ricoverato.

Capitolo 32 · La dottoressa

La dottoressa che mi ha seguito per i cinque anni successivi non mi aveva visto ricoverato neanche una volta. Nel primo mi ha visitato la psichiatra di guardia, che ha recitato il suo protocollo e mi ha rispedito in strada senza dare un nome a niente; nel secondo è stata un'altra a darmi il nome e a sparire dalla mia vita nel momento in cui ha firmato le dimissioni. Quella che mi è toccata dopo, quella dell'ambulatorio, quella degli appuntamenti ogni poche settimane e quella dei referti e delle ricette di tutti gli anni a venire, era una terza, e in questo libro non avrà altro nome che quello: la dottoressa dell'ambulatorio. Dal primo appuntamento sono uscito sapendo che quella roba sarebbe andata male, e non per quello che faceva, che era fatto bene. Per come guardava. Io, per lei, non ero un uomo con una malattia. Ero un tossico. Da lì usciva l'unica domanda che mi è stata fatta appuntamento dopo appuntamento per un lustro: non che cosa ti è successo, ma che cosa hai preso. E quando due anni più tardi è arrivata la denuncia, che ha il suo capitolo, è entrata in quella stanza prima di me e ha cambiato il colore a tutto: da allora sono stato un aggressore con un disturbo che spiegava la sua condotta senza scusarla. Quello che le passasse dentro me lo sto inventando io; quello che firmava sta nelle carte. Stabile, un manipolatore com-pensato. In ricaduta, la conferma di quello che già si sapeva. Zitto, un disonesto.

Adesso metto giù una visita intera, perché senza quella questa è la parola di un paziente contro una professionista che il lettore non ha mai visto.

Una stanza con una finestra che dava su un cortile tra i palazzi, una scrivania, il computer girato di lato e tre sedie: la sua, la mia e una terza che in cinque anni non è rimasta vuota un solo giorno. Io parlavo e lei scriveva, e ogni poche frasi affacciava gli occhi sopra lo schermo il tempo giusto di verificare un dato, come chi tira fuori l'astina dell'olio, la guarda e la rimette dentro. E partiva sempre dallo stesso punto.

—Che cosa hai consumato?

Quello, e nient'altro che quello. Né come dormi, né come va la faccenda del tribunale, né come stai portando la storia di tuo padre. Cinque anni di appunta-

menti aperti con quella domanda, retti da quella domanda e chiusi con quella domanda, e qualunque cosa io rispondessi atterrava dentro una riga.

C'è stato un giorno in cui ho provato a spiegarle l'arrangiamento che mi ero montato per conto mio, che era una follia, sì, ma una follia con dentro la sua logica.

—Non la prendo per il fumo. La prendo per non bere. Quello che provo a fare è sostituire l'alcol con quella.

Mesi più tardi, in un suo referto che mi serviva per un'altra pratica, ho trovato scritto che il paziente riferiva consumo di quella sostanza con l'intenzione di smettere di fumare. Nemmeno la mia idea peggiore è arrivata intera sulla carta.

Poi girava un po' la sedia verso il lato, dove stava mia madre, o mia sorella, a seconda del giorno.

—E lei che cosa ha notato?

E mia madre diceva quello che si vede da fuori e nei giorni brutti, che è l'unica cosa che si vede da lì: che stavo malissimo, che bevevo, che andavo in giro a caricare video. Neanche una parola falsa. Era morta di paura, non le avevano dato un solo strumento e rispondeva con quello che aveva. Poi arrivava quello che regge questo capitolo: le due si mettevano a parlare di me in terza persona con l'interessato a mezzo metro. Il paziente minimizza. Il paziente non riconosce il consumo. In ambulatorio appare tranquillo, avvicinabile, collaborante. Io, seduto lì, con il cappotto sulle ginocchia, ad ascoltare come si batteva a macchina il documento che qualche settimana dopo avrebbe letto un giudice.

Il trattamento interdittore, quello che ti riduce il corpo a un disastro se bevi, me l'ha proposto una volta.

—No.

Così, secco, senza spiegare perché, perché spiegare voleva dire regalare materiale. Nel fascicolo è rimasto come rifiutato dal paziente, e quella riga ha funzionato per anni come la prova documentale della mia cattiva volontà.

E chiudeva con la roba sua: la ricetta, la data del prossimo appuntamento e una pratica.

—Ti mando agli infermieri, così ti spiegano due cose sul disturbo.

Due cose sono state, letteralmente: qualche seduta, le basi, arrivarci. Psicoeducazione di quella vera, con un metodo e con delle ore, non me ne hanno data nessuna fino a sette anni dopo aver avuto la diagnosi, e di certo non è uscita da lì. Da quella stanza io me ne andavo sempre uguale, con il foglio in mano e con la sensazione esatta di chi ha appena passato un posto di blocco.

E un giorno, a proposito dell'alcol, mi ha detto una frase. Che se una volta bevevo e perdevo il controllo, avrei potuto violentare qualcuno. Non risulta su nessuna carta ed è per questo che la scrivo qui, che è il centro di tutta questa roba. Sono uscito da quello studio sapendo che cos'ero per la mia dottoressa, e non ero un paziente con un disturbo affettivo: ero uno stupratore in potenza che si teneva sorvegliato con i farmaci. Non me la sono bevuta, perché non era vero e non lo era mai stato; però lo diceva la persona con autorità totale sulla mia cartella clinica, e i suoi referti viaggiavano fino al tribunale, e quella frase mi è rimasta dentro il sistema nervoso con il peso di un oggetto. E manca ancora lo strato di sotto, che è quello che mi costa di più mettere giù. In una mia anamnesi di ricovero figura, come dato biografico e basta, sessualità precoce e molteplici rapporti sessuali a rischio dai tredici anni. In passivo. Senza soggetto. Senza una sola domanda dietro. Nessun bambino di tredici anni ha una sessualità precoce: ha degli adulti intorno che fanno quello che non dovevano, e quella frase è uno dei marcatori centrali dell'abuso sessuale infantile. Era scritta, e non ha mai chiesto nessuno. Dire a quel paziente che potrebbe violentare qualcuno non è soltanto un giudizio temerario: è prendere la vittima e metterla, senza volerne sapere niente, dalla parte dell'aggressore. Quello che questo produce è descritto e si chiama sigillare il silenzio. Con quella frase addosso, vediamo chi lo racconta a quella signora che cosa gli hanno fatto a tredici anni. Il dato vero, quello del bambino, è rimasto esattamente dov'era, sepolto e con una vergogna nuova a montare la guardia sopra.

Poi c'era il dispositivo, che è la parola giusta. Mi è stato ordinato di andare accompagnato, con mia madre o con mia sorella, un anno dopo l'altro; da solo non mi voleva, e un momento a quattr'occhi non mi è stato offerto mai. Vediamo dove parlavo io del suicidio di mio padre, con la sua vedova sulla sedia accanto. Vediamo dove parlavo della mia sessualità, della mia vergogna o della mia paura, con la mia famiglia d'origine che prendeva appunti alla mia destra. Mi si esigeva trasparenza assoluta e mi si negava l'unico formato in cui la trasparenza è possibile. E i referti si cucinavano con quello che loro raccontavano per telefono, che era quello che si vede da fuori e nei giorni peggiori, perché quello che dicevo io non faceva testo. Di quella roba c'è una mattina che la ritrae per intero, ed è del mese peggiore della mia vita: ho saputo che mi avevano spostato un appuntamento, ho dato per scontato che l'avesse spostato mia madre chiamando per conto suo, e le ho scritto come ho potuto che lei non era una psichiatra, che il paziente ero io, mamma. E lei, minuti più tardi, terrorizzata e sen-

za un solo strumento in mano: che era perché io ero malatino e mi partiva la testa e poi me la prendevo con loro. Io stavo scompensando. E la mia psichiatra redigeva con quello che le raccontavano quelli che chiamavano.

Così ho mentito. Ho minimizzato. Mi sono tenuto dentro ricadute intere. Qualunque cosa io buttassi lì dentro poteva finire messa a verbale, e quello che veniva messo a verbale finiva davanti a un giudice: raccontarle i miei sintomi e i miei consumi era, senza nessuna metafora, testimoniare contro me stesso ogni tre settimane. Non mi nascondevo per disonestà; mi nascondevo per sopravvivenza, e quell'occultamento che il mio fascicolo ha annotato come un tratto del mio carattere era, in quello studio, l'unica condotta razionale rimasta disponibile. Il litio lo prendevo come un detenuto rispetta l'orario del reparto: non perché ci creda, ma perché l'alternativa è peggio. E nel prodromo di ogni ricaduta di quei cinque anni l'ho mollato e sono andato a cercarmi la roba di sempre. Ci ho messo un lustro a poterlo dire con le parole esatte: l'alleanza terapeutica non è l'ornamento della visita, è una variabile clinica di quelle che spostano il risultato; e l'aderenza non è un tratto del malato e non gliela si misura nel carattere, è una proprietà della relazione tra due persone. E il trauma, che era quello che stava sotto la mia diagnosi, si tocca solo in condizioni di sicurezza: senza sicurezza non c'è rivelazione, e senza rivelazione non c'è niente da elaborare. Nella mia vita non c'era posto meno sicuro di quello studio.

E adesso l'altra metà, con la stessa grafia, perché altrimenti tutto questo non vale niente. Io ero un quadro da mettersi a tremare: un tipo uno con politossicodipendenza, con procedimenti aperti nei tribunali e con un talento soprannaturale per nascondere quello che mi conveniva. I farmaci che mi ha dato erano quelli che c'era da dare, e questo glielo riconoscerò sempre. Con la dottoressa che tarava la posologia non ho nessun problema. Ce l'ho con la persona che teneva la penna. Un lustro senza una sola domanda sul lutto per mio padre, sugli anni di bullismo a scuola, sulla faccenda dei tredici anni; senza mandarmi da uno psicologo, senza un intervento psicoeducativo per mano sua. E i referti, seminati di errori, compreso uno che dovevo presentare in tribunale.

Quello che mi è costato uscire da lì spiega il sistema intero. Una notte ho scritto a Sonia che avrei cambiato psichiatra, e il perché stava in tre messaggi di fila: che non era adeguata; che non si prendeva cura di me, che si limitava a dispensare psicofarmaci; che non aveva mai dimostrato né empatia né rispetto per la mia condizione. Lì dentro non c'è rancore. C'è una diagnosi della relazione. E ci sono voluti sette mesi. Sette mesi tra il giorno in cui un paziente lascia scritto

che la sua psichiatra non gli serve e il giorno in cui strappa al sistema il trasferimento, e in quel buco ci sta, tutto intero, il peggior scompenso che abbia avuto. Quando finalmente mia madre è riuscita a ottenere l'appuntamento io stavo lavorando e con il tribunale in corso, così le ho chiesto di salire lei a chiederlo a nome mio e le ho dettato come doveva impostarlo: che se alla dottoressa non dava fastidio che il suo paziente potesse fare una vita normale, mi sarebbe tornato comodo uno di pomeriggio e vicino a casa. Con quelle forme. Chiedendo il permesso perché mi lasciassero cambiare medico. Quella sera mia madre ha chiuso la giornata raccontandomi che aveva parlato con l'avvocato e che avrebbero cercato di fare in modo che io non rimettessi più piede in quella stanza, e che magari non ce l'avrei rimesso mai più. Cinque anni dopo, quella era la notizia migliore che qualcuno potesse darmi sulla mia stessa psichiatra.

E la prova che il problema non ero io arriva con il medico che è venuto dopo, che ha il suo capitolo. Mi sono seduto davanti a lui con lo stesso cervello, la stessa malattia, la stessa biografia e dei farmaci equivalenti. L'unica variabile che è cambiata è stata chi c'era dall'altra parte del tavolo e come guardava. Il risultato sta nel fascicolo: più di due anni di appuntamenti senza saltarne uno, le liti mie in regola, astinenza totale. E un dettaglio che vale quanto il referto intero: quel trattamento interdittore che nella fase precedente figura come rifiutato dal paziente l'ho chiesto io, con la mia bocca, appena ho avuto davanti qualcuno con cui dire la verità non costava niente. La mia cattiva aderenza di quei cinque anni non è mai stata un tratto mio. È stata una proprietà della relazione.

E intanto il corpo teneva il conto, e gli infermieri lo annotavano con una diligenza esemplare: i chili, la pressione alta, la tachicardia da fermo. Quello che non risulta è che qualcuno abbia letto quella curva per quello che era, un organismo che si gonfiava di paura. Dal mese degli audio fino all'embolia polmonare che per poco non mi ammazza, nove mesi dopo essere uscito da quello studio, la bilancia è salita da novanta chili a centocinquantacinque. Un rapporto di causa non lo può dimostrare nessuno, e non ho intenzione di fare con la sua storia quello che lei ha fatto con la mia, cioè affermare senza prove. Dico solo questo: mi ha visto ingrassare a vista d'occhio, anno dopo anno, e non ha aperto bocca nemmeno una volta.

Qualche mese fa ho chiesto a mia sorella i referti di quel lustro, mi sono seduto una mattina a leggerli tutti d'un fiato, e ho presentato un reclamo per iscritto dove andava presentato. Non per prendermi qualcosa: perché ne resti traccia, e perché magari sta succedendo proprio adesso a un altro paziente in quella

stanza. Non mi ha sostenuto: mi ha sorvegliato. Non mi ha esplorato: mi ha classificato. Non ha attutito i miei stressori: è stata uno di quelli.

Capitolo 33 • Il Messia

Quell'inverno l'ho passato con Lidia. Lidia era la ragazza che si era seduta sulla sedia del mio primo ricovero, e da allora avevamo costruito una vita intera: la pezza messa sopra a uno squarcio che aveva la forma esatta di Marta ha retto quasi un anno e mezzo ed è stata, per quanto dicessero dopo le carte, una relazione di quelle vere, e per giunta bella quasi tutto il tempo. Abbiamo messo su casa nel paese di mia madre, prima un appartamento e poi un attico, e chiunque ci guardasse da fuori avrebbe detto che quell'uomo si era rifatto una vita. Dentro la cosa andava in un altro modo. Lei si trascinava dietro la roba sua chiusa a metà: si era separata dal suo ex per venire con me e continuava a salire su un treno quasi tutti i mesi per andare a trovarlo nella città dove viveva lui, giornate intere, e io me lo mandavo giù in silenzio. Quello che ero stato io due anni prima non avrebbe battuto ciglio, l'avrebbe messo in conto come parte del paesaggio; quell'uomo non esisteva più, e a questo faceva male ogni viaggio e non apriva bocca. E sono arrivate le feste e lei è tornata nel suo paese per qualche settimana, e mi ha lasciato solo nell'attico. Per quella solitudine, e non per altro, è tornata la droga. Non sono ricaduto per far festa, non sono ricaduto per vizio: sono ricaduto da solo, in quell'attico, con lei a migliaia di chilometri e con Marta da due anni non ancora sepolta. E anche quella parte brutta è stata di tutti e due: la faccenda della droga è stata una sperimentazione in compagnia, e poi anche il pentimento è arrivato in doppia copia.

Con lei ormai tornata, un pomeriggio dell'inizio di quell'anno abbiamo preso della ketamina. Mancavano pochi giorni perché un virus si infilasse nella vita di tutti e montasse una quarantena planetaria di quelle vere, e non è un dettaglio da poco, perché quella chiusura io l'avevo chiesta l'anno prima nei miei deliri: avevo chiesto a Dio di mettere la gente dentro casa con i figli e gli animali, un altro dei paradossi che l'apofenia mi serviva su un piatto d'argento. In un cervello com'era il mio allora, con i farmaci che avevo addosso e con la fragilità che mi porto sempre, quella dose ha aperto una porta che non si sarebbe mai dovuta aprire.

E quello che è successo dall'altra parte bisogna raccontarlo, perché non è stata una botta e perché da lì è uscito il mio modo di stare al mondo per il resto della vita. L'anima mi si è staccata dal corpo. Senza metafora: finito il corpo, finiti i sensi, finiti il nome e i contorni. Quello che restava di me galleggiava in un vuoto che non era né buio né freddo, ma pieno. I cabalisti hanno una parola per quella cosa, Ein Sof, ciò che non ha limite, ciò che precede qualunque creazione; io allora non sapevo che quella roba avesse un nome né una tradizione. Sapevo di essere dentro, senza contorno, e che in quel niente che era tutte le cose c'era una Presenza. Occhi non ne avevo, quindi non l'ho vista. Orecchie nemmeno, quindi non l'ho sentita. Mi è arrivata per l'unica cosa che avevo ancora addosso, la coscienza nuda, e quello che mi è arrivato è stato Dio. Che era la droga, mi direte, e certo che sì, e non sarò io a discuterlo: la porta l'ha aperta una sostanza, le porte che aprono le sostanze si pagano a peso d'oro, e questa l'ho pagata con il peggior episodio che abbia avuto. Detto questo, che la chiave fosse chimica non dice niente su che cosa ci fosse dietro la porta. Messia mi ci ero già creduto prima, in un'altra città, come un delirio qualunque della collezione. Quella volta è stata diversa: è stato l'anno in cui il mio Dio e la mia malattia si sono toccati, e non sono più riuscito a separarli del tutto.

Il nome clinico va lì accanto, e non toglie niente. Nella mania con psicosi il delirio di solito va in coppia con l'umore (i manuali dicono congruo all'umore), e questo significa che un uomo euforico non delira di essere perseguitato: delira di essere stato scelto. La grandezza, la missione, il segreto che capisce solo lui, Dio che gli parla all'orecchio. Il soggetto lo sceglie l'umore; la psicosi ci mette soltanto la convinzione. E il delirio mistico è il più antico e il più economico da montare, perché il cervello non fabbrica niente di nuovo: afferra la cosa più preziosa che ha in custodia e la gonfia finché non riempie la stanza. Se a un bambino che ha da sempre il filo del misticismo staccato gli metti davanti un pomeriggio di ketamina in cui ha toccato Dio, il materiale è già servito. L'esperienza era mia e non la discuto. Quello che la mania ci ha fatto è stato promuoverla di grado: da ho sentito Dio sono passato a sono quello che Dio ha mandato. Il confine tra un'esperienza e un delirio non sta in quello che uno sente. Sta nel fatto che finisce il dubbio.

Il prodromo è arrivato con una scenografia da cinema. Io e i miei fratelli tornavamo da Roma, da un viaggio nella terra di mia madre in cui mi avevano già trovato completamente scompensato e che è stato conflittuale dall'inizio alla fine. Abbiamo visto quella città vuota come non l'ha vista nessuno da quando

esiste il turismo: siamo atterrati lì proprio il giorno in cui l'Italia chiudeva. Sull'aereo del ritorno ho scritto a Lidia che mi ero svegliato incazzato per la distribuzione delle noccioline, e lei mi ha risposto poverino, che a casa poi avrei dormito. Tre o quattro giorni dopo il rientro se n'è andata nella città del suo ex, e il discorso del presidente che decretava lo stato di allarme l'ho visto da solo, nel nostro attico. E non l'ho solo visto: l'ho registrato. Gira da qualche parte un mio video che commenta in diretta quel decreto, in pieno episodio, con una voce che fa paura e dicendo cose semplicemente brutali. Di tutti i miei episodi conservo registrazioni così, fatte da dentro da quello che le sta subendo, e non ho trovato niente di simile su internet. Per adesso me li tengo e basta.

Due giorni prima dello stato di allarme, prestissimo la mattina, ho scritto a mia madre quello che viene qui di seguito, e va nello stesso ordine in cui è uscito dalle mie dita: che se suo figlio la ammazza, muore con un sorriso sulle labbra. Che dovevano restare chiusi in casa finché quella roba non passava. Che il virus era un'invenzione e io non ce l'avevo. Che avrei pianto di felicità per il mio sacrificio. Che mi dispiaceva moltissimo di aver combinato quel casino, ma che non c'era un'altra strada. E dieci minuti dopo, la cosa più onesta che abbia pronunciato in tutto quel mese: che magari me lo stavo inventando tutto e quella roba non aveva niente a che vedere con quello che pensavo davvero. Lei ha risposto quello che una madre può rispondere a una cosa del genere: che peso mi portavo addosso, perché ero di nuovo paranoico e aggressivo, se quella roba voleva dire che avevo mollato i farmaci e che facevo la commedia davanti a tutti. E vedendo che da lì non si entrava, si è fatta da parte: che se io la vedevo così, avanti; che loro sarebbero rimasti a distanza in caso servissero; e che mi volevano bene. Il giorno dopo, con il paese che entrava in stato di allarme e con suo figlio che le spiegava che il virus era una montatura, mi ha mandato un messaggio per dirmi che si era dimenticata una cosa: se preferivo che mi facesse una frittata o una pizza. E che sperava non mi fossi arrabbiato con lei. In quelle due righe ci sono mia madre per intero e questa malattia per intero: una donna senza una sola parola tecnica in bocca, senza nessuno strumento e senza nessuna colpa, che offre da mangiare caldo e si scusa nel caso disturbasse.

E dietro è arrivata la faccenda delle tapparelle. Mi sono piantato davanti a casa di mia madre e mi sono messo a prenderle a pugni, gridando che papà era lì, vivo, con me. In mezzo alla strada, a squarciagola, in un paese sbarrato. Dentro c'erano mia madre, mia sorella e Lidia, che era tornata il terzo giorno perché gliel'aveva chiesto la mia famiglia. Non è scesa. Questo l'ho saputo un anno più

tardi e lo racconto dove tocca, perché quello che mi ha fatto in testa non è stato poco. Mi hanno portato via in stato di fermo, e dall'ambulanza sono usciti tre messaggi di fila che lei ha conservato: che ero di nuovo in ambulanza; che tutto tranne l'ospedale un'altra volta, che non mi facessero quella cosa, che non era giusto; che volevo qualcosa di meglio che stare chiuso come un povero animaletto. L'ultima riga di quel giorno non l'ho scritta io. L'ha scritta lei, poco dopo: che era con me. Non ho retto nemmeno due settimane di quarantena in pieno episodio. Al ricovero non è comparsa nemmeno un giorno.

Di quello che c'è stato dentro conservo poco, e il poco ce l'ho completo, e lo metto nell'ordine in cui è successo, perché l'ordine è metà di quello che c'è da capire.

Appena entrato mi hanno lasciato in una stanzetta perché mi cambiassi e mi mettessi il pigiama e i sandali di gomma. E lì sono rimasto, ad aspettare che comparisse qualcuno. Non è comparso nessuno. In quei giorni non compariva nessuno da nessuna parte, con il personale al collasso e il pianeta chiuso dall'interno. Così me ne sono andato. Ho aperto la porta, il corridoio era deserto, in fondo si vedeva l'uscita dell'ospedale, e nessuno me l'ha impedito perché non c'era nessuno lì in condizione di impedirmelo. Mi sono messo a camminare per la zona industriale a vedere se qualcuno mi dava una sigaretta. Non ho trovato nessuno. Letteralmente nessuno: per tutta la strada non ho incrociato un solo essere umano. Tapparelle abbassate, strade morte, il silenzio di un paese chiuso dentro casa, e io in mezzo con il pigiama dell'ospedale e i sandali di gomma, a passeggio nella scenografia della fine del mondo. Sono passato davanti al palazzetto che avevano allestito a obitorio, con le bare dentro, e l'ho visto senza vederlo, perché in quello stato io non registravo quello che avevo davanti. Andavo al cimitero dove ci sono mio padre e i miei nonni, che sta lì vicino, a presentare i miei rispetti: allo stesso padre che avevo appena chiamato a gridi davanti a delle tapparelle e che adesso andavo a trovare sottoterra, e la contraddizione non mi ha sfiorato nemmeno un secondo, perché la psicosi ha una logica propria e dentro quella tutto combacia come in un progetto ben tracciato. È stata la terza delle tre volte che ho già annunciato: quella del posto dove l'hanno trovato, quella delle tapparelle e questa, e tutte e tre con lo stesso disegno, un cervello rotto che corre verso lo stesso uomo. Non ci sono arrivato. Mi hanno trovato, ci mancherebbe. Ti trovano sempre.

Ed è per questo che mi hanno legato. Lo lascio scritto con il motivo davanti, perché il motivo è metà della faccenda: non mi hanno legato perché fossi agita-

to; non mi hanno legato perché opponessi resistenza (non ho opposto resistenza, non ho mai opposto resistenza a un ricovero in tutta la mia vita); non mi hanno legato per fermare qualcosa che stesse succedendo in quella stanza, perché lì non stava succedendo niente. Mi hanno legato perché mi ero fatto una passeggiata.

L'hanno fatto un portantino e un'infermiera, e a loro non serbo niente, che andavano al collasso, senza mezzi, a fare quello che la carta dice che si deve fare. Quello che invece va spiegato è che cos'è una contenzione meccanica, perché uno sente l'hanno legato e si immagina una cosa quasi sensata, del tipo allacciare a qualcuno la cintura. Non è quello. È avere le quattro estremità legate a un letto, a pancia in su, senza poterti girare, senza poterti grattare, senza poter bere se non viene qualcuno a metterti il bicchiere in mano, per ore e a volte per giorni. E una precisazione a favore dell'ospedale, perché l'immagine che ha la gente viene dal cinema e va detta lo stesso: le cinghie non sono più di cuoio, sono larghe e di cotone, e non ti lasciano i polsi in carne viva. Questo è vero. E non cambia niente del resto.

Il resto è che nessuno mi ha rivolto la parola. Né prima, né durante, né dopo: nemmeno una frase che mi spiegasse che cosa mi stavano facendo, quanto sarebbe durato o che cosa ci si aspettasse da me perché finisse, e su quel silenzio in sei anni ho rimuginato più che sulle cinghie. Dentro di me non c'era agitazione: c'era panico mescolato a incredulità, e quella miscela non la auguro a nessuno. Da una parte il corpo legato a un letto; dall'altra la testa che ripeteva che quella roba era impossibile, che a me no, che questo a una persona non si fa. E per giunta quello che non salta mai fuori quando la faccenda si discute in un salotto televisivo: chiedere a uno sconosciuto di pulirti. Che ti avvicini la padella. Che ti dia da mangiare a cucchiariate, come a un neonato, con lo sguardo piantato nel soffitto. Io ho avuto parecchi deliri, e i deliri, accanto a quella roba, sembrano una cosa ragionevole. Il delirante era la stanza. Il delirante era la procedura.

E ho lottato. È vero che le cinghie non fanno male se stai fermo, e io mi sono mosso lo stesso, perché nella mia testa quello legato non ero io: era un altro a cui stavano facendo qualcosa da cui bisognava tirarlo fuori. Mi sono portato i polsini alla bocca e li ho rosicchiati. Con i denti e con il collo, come un animale in una tagliola, finché non li ho strappati. E appena ne strappavo un paio venivano e me ne mettevano un altro. Quattro serie di cinghie mi sono mangiato in

tre giorni. Tre giorni. È questo che sta sotto la subordinata che questo libro scrive dalla prima pagina.

E adesso ricordati, lettore, del paragrafo che ti ho chiesto di tenere da parte, quello del chiodo nel muro. A tredici anni, uno di quegli uomini di internet mi legava a un letto. Mi immobilizzava, mi violentava così e faceva fotografie. Quando il portantino ha stretto la cinghia stava applicando un protocollo di contenzione meccanica; il mio sistema nervoso, intanto, era a vent'anni di distanza e in un'altra stanza. L'immobilizzazione, da sola, è già un trauma enorme per chiunque. In me non inaugurava niente: riapriva con la precisione di un calcio. E in quel reparto non poteva saperlo nessuno, perché non me l'aveva mai chiesto nessuno: né in quel ricovero, né in quelli di prima, né in una sola visita in vent'anni. Quindi non stavo lottando contro le cinghie di quella notte. Lottavo contro le altre.

Dopo è arrivato il protocollo del virus: diciannove giorni isolato in una stanza chiusa, senza uno stimolo, senza una voce, senza toccare un altro essere umano, un trauma che neanche ai detenuti viene applicato. Il mondo intero chiuso in casa, e io chiuso dentro la chiusura. E lì, svuotato fino in fondo, sono rimasto di nuovo da solo con la coscienza nuda, e la Presenza era ancora lì. Viene fuori che allo stesso posto ci si arriva per due strade opposte, riempiendosi fino a scoppiare o svuotandosi fino a sparire: la ketamina o la cella. E ho pregato, e non perché mi aprissero la porta: ho pregato perché quella roba significasse qualcosa, perché una sofferenza con un significato si regge e una senza significato non c'è corpo che la sostenga.

In tre settimane il mio unico contatto umano è stato un infermiere che compariva ogni sera, sempre alla stessa ora, con i farmaci. Calvo, in divisa, efficiente. Restava sulla soglia con il bicchierino e mi tirava fuori invariabilmente la stessa domanda.

—Come stai?

E la domanda era seria, questo l'ho saputo allora e lo confermo. Quell'uomo aveva chiarissimo che mettere un isolamento da virus sopra a un ricovero psichiatrico era una crudeltà aggiunta a un'altra che era già considerevole, e chiedeva perché gliene importava. E anche così suonava come uno scherzo di pessimo gusto, e ogni volta che la sentivo mi veniva voglia di sfasciare la stanza. Come stai. Come stai. Neanche ai detenuti comuni li isolano in quel modo. A quelli che hanno fatto del male sul serio non li lasciano tre settimane senza vedere una faccia, e io ero lì perché il mio cervello era una tempesta che non ave-

vo chiesto e che non sapevo fermare. Eppure aspettavo quell'ora come si aspetta una visita. Il resto era una stanza, una finestra e la mia testa. Fino alle dimissioni non ho più visto nessuno.

E adesso quello che è rimasto installato, che è la parte che non compare in nessun referto. Quella catena che ho già raccontato, quella dell'ambulanza, della stanzetta e della porta che si chiude da fuori, da allora aveva un anello in più alla fine, e quell'anello aveva smesso di essere immaginario. I medici lo chiamano trauma indotto dal trattamento, che è il danno prodotto dall'atto stesso di curare quando non guarda la storia di chi ha davanti; e quello che lascia dietro lo chiamano fobia istituzionale, che in parole povere significa preferire di passarti un prodromo da solo, chiuso in una stanza, piuttosto che rimettere piede nel posto dove ti hanno legato. Lì si chiude il cerchio più crudele di questa malattia, e nel mio caso si è chiuso parecchie volte: per paura si ritarda il ricovero, il ritardo lo rende più grave, e più è grave più paura lascia per la volta dopo. È questa la fattura nascosta delle cinghie, e non sta nei polsi, che i polsi guariscono in quattro giorni.

Con le divise il corpo fa esattamente il contrario, ed è la cosa più difficile da spiegare di tutta questa roba. Non mi fanno partire: mi spengono. Davanti a un distintivo o a un camice bianco mi faccio piccolo, mi se ne va la voce, dico sì a tutto, collaboro e per giunta ringrazio. Per questo mi sono zittito di colpo quando sono arrivati i vigili urbani alla faccenda delle tapparelle, e per questo sono andato con le mie gambe in tutti i posti, tranquillo, con una docilità che a chiunque stesse guardando sarebbe sembrata quasi comica in un uomo che aveva appena gridato a un morto in piena notte. A chi è cresciuto prendendo botte dall'autorità non viene in mente di ribellarsi: obbedisce più in fretta di chiunque e se lo tiene da parte per dopo. Ci ho messo anni a poter dire questa cosa ad alta voce, e il giorno in cui finalmente l'ho raccontata al medico che è venuto dopo l'ho raccontata piangendo, con la vergogna assurda di chi chiede scusa per una cosa che hanno fatto a lui.

Mi hanno dimesso con lo stato di allarme in corso e mi sono sistemato a dieci metri da mia madre, e i suoi messaggi di quelle settimane sono la cosa più simile a una cura che io abbia ricevuto in tutta quella primavera: come stai, se hai mangiato, mettiti un giaccone che si è rinfrescato. E in mezzo, sempre, la stessa domanda: se mi aveva già chiamato la psichiatra. Quando alla fine ha chiamato e mi ha liquidato in quattro domande, mia madre mi ha detto di chiedere l'appuntamento per l'iniezione e ha disdetto lei stessa quello di un altro ospedale

che ormai non serviva più a niente. Una donna anziana, al telefono, in pieno confinamento e mentre gli faceva da mangiare, che gestisce il percorso psichiatrico di un figlio appena uscito da un reparto. E una mattina di quelle le ho mandato un testo lungo sull'attaccamento ansioso, quella cosa che chi si prende cura c'è solo a tratti e il bambino si passa l'infanzia a misurare, senza mai sapere se ci sarà. Mi ha risposto che era interessantissimo, che magari l'avesse letto molto prima, che adesso mi capiva molto meglio e che la perdonassi per non essersene accorta. E nel messaggio dopo, se l'avessi mandato anche a mia sorella, perché le sembrava che dovesse leggerlo. Non si è difesa, non ha discusso, non mi ha accusato di riscrivere niente. Tre settimane dopo un reparto di psichiatria, con il mondo sbarrato, io e mia madre facevamo finalmente quello che non avevamo fatto in trentaquattro anni: spiegarci.

E c'è una cosa di quell'anno che non sono stato capace di vedere: mia zia, la sorella di mio padre, è morta di virus, e non l'abbiamo sepolta, perché allora i morti di quella roba non si seppellivano. Avevo il dato dentro la mia stessa famiglia, con tanto di cognome, e il cervello a cui arrivava non era in condizione di elaborarlo. E Lidia, da fuori, mi ha lasciato per iscritto quello che nemmeno io ho saputo vedere: che il ricovero era stato positivo se io ero in pieno episodio, e che lei sentiva che la stavo trascinando dentro l'episodio, e che anche per quello se n'era andata. Anni più tardi, quando non restava più niente da aggiustare né nessuno da convincere, le ho scritto l'unica cosa che c'era: che mi ero innamorato di lei sul serio, che era per quello che mi era costato tanto rinunciare, e che da lì era uscita quella mia vena vendicativa in stato maniacale. È l'unica volta, in tutti i miei archivi, in cui nomino la mia parte brutta senza che nessuno me la stia rinfacciando.

Capitolo 34 · Il ventiseiesimo piano

Del primo anno con un nome e con il sale mi resta una macchia sfocata, e ci sono dei motivi: è stato il primo di farmaci sul serio, ed è stato anche il primo in cui sono arrivato a sfiorare l'eutimia. Quella tregua non consiste nel diventare una persona qualunque; consiste nell'essere se stessi ma con il mare fermo, con le sue folate di grigio e il suo rumore di fondo. E la tregua all'inizio ha avuto il suo prezzo: sedazione, lentezza e una memoria che funzionava a salti. Sono uscito dal ricovero del confinamento, ho lavorato, ho fatto un master, sono andato in terapia e non ho fatto del male a nessuno. E in quello stato, all'inizio di quell'autunno, uno psichiatra privato mi ha proposto di rivedere la diagnosi. Che è esattamente quello che un malato con anosognosia non aspetta altro che sentirsi dire dal giorno in cui gliel'hanno data. Aggrappato a quella frase, ho mollato l'iniettabile quello stesso autunno, senza dirlo a nessuno. E quando è arrivato l'inverno ho mollato il litio. Tutti e due. Per conto mio. Nessuno me li ha tolti e nessuno se n'è accorto, perché un uomo che è da qualche mese che sta bene non dà nessun segnale di aver lasciato niente. Dà il segnale contrario: sta bene.

È quello che i medici chiamano perdere l'aderenza, e in questa malattia la perde metà dei pazienti a un certo punto, e non perché siano stupidi: per la sedazione, per i chili, per il lutto delle salite, che mancano anche se ti hanno fatto saltare per aria la vita, e soprattutto per il meccanismo che in questo libro ha già il suo nome, quello dello stare bene e usare la cosa come prova che non c'era niente da curare. A me toccava, per giunta, il giro di vite in più del sale: ogni pastiglia era quella di mio padre. E quello che succede quando si toglie lo stabilizzatore è misurato da più di trent'anni: di quelli che mollano il litio di colpo, all'incirca la metà ricade nei mesi successivi, la ricaduta di solito è verso l'alto, verso la mania, e arriva tanto più in fretta quanto più brusco è stato il taglio. Chi lo molla d'inverno si ritrova in primavera senza freni, e se per di più non dorme, beve, è solo e gli tolgono il pavimento sotto i piedi, ha le quattro condizioni che

in un tipo uno precedono un episodio. Quell'inverno le ho messe insieme tutte e quattro, e l'ultima me l'ha portata il telefono.

Perché in quelle stesse settimane mi è arrivato il blocco. Era un anno che non parlavo con Marta, e in quell'anno avevo fatto quello che un uomo può fare per comportarsi bene: non scriverle. E un giorno di quell'inverno le ho scritto, per chiederle come stava. Mi ha risposto nello stesso minuto: che ciao, che il cane stava benissimo, che era contentissima che io stessi bene e della mia terapia, e che mi curassi tanto. Abbiamo parlato del fatto che andava al cinema, del freddo, del nevischio che era caduto tutto il giorno. Tre conversazioni così, gentili, senza nessuna importanza. Io non volevo tornare con lei. Volevo una cosa sola, e non ho fatto in tempo a dirla: vedere il cane. E alla terza, senza un avviso, mi ha bloccato. Le ho chiesto com'era andato il fine settimana. Sedici minuti più tardi, se mi avesse bloccato di nuovo e a che titolo. E un minuto dopo ho scritto l'ultimo messaggio di una conversazione lunga quattro anni e mezzo: che le cose si dicono, che non c'era nessun bisogno di farlo così. Non ha risposto nessuno. Le ho mandato un SMS per chiederle una chiusura con un minimo di dignità, che quella roba non me la facesse. Niente. E bisogna dire con la stessa esattezza che cosa c'era sulla sua riva, perché si legge nelle sue stesse frasi e io non l'ho saputo leggere: che mi curassi tanto, che non pretendeva niente. Quella non è una porta che si apre. È la formula con cui si chiude una conversazione. Lei si stava già congedando il primo giorno, e io ho letto una porta dove c'era un congedo.

E quello che quella roba ha fatto alla mia testa non è stata una tristezza. È stato un cortocircuito. In un cervello come il mio il rifiuto non si elabora come una notizia: si elabora come una minaccia, con lo stesso circuito con cui un altro elaborerebbe di essere inseguito, e sta nella diagnosi con il suo nome: sensibilità al rifiuto. E un blocco senza chiusura è la forma più pura di rifiuto che esista, perché non ha un perché a cui aggrapparsi né un addio a cui rispondere: è una porta che sparisce dal muro. La mia testa non ha letto un blocco. Ha letto in un colpo solo tutti i tagli netti della mia vita, a partire dai suoi: la valigia dell'inverno del primo ricovero e il funerale di mio padre a cui non è venuta. Quella roba, in un uomo che era da settimane senza litio e senza dormire, non è un dispiacere. È un fiammifero in una stanza piena di gas.

Dov'ero io, che questo non l'ha mai raccontato nessuno. Nel salotto di casa di mia madre, al paese, a dormire su una branda pieghevole, con la televisione accanto e la vita della casa che mi passava sopra. Un uomo di trentacinque anni

che ogni mattina si ripiegava insieme al suo letto. Lavoravo da lì, chiuso dentro, con l'agorafobia che cominciava a chiudermi la strada. Bevevo tutti i giorni. Non dormivo. E in quelle settimane sono stato io a chiudere con Judit, una donna con cui stavo da qualche mese e che era la cosa più adulta passata da questa storia, in pieno prodromo, al telefono e male. Lei mi ha proposto di chiudere di persona, da adulti. Non ci sono andato. A chiedere a Marta per SMS quello che stavo negando a Judit al telefono, e senza vederlo. Come chi cerca gli occhiali con gli occhiali sul naso.

E in mezzo a tutto questo è stata organizzata una telefonata a tre con Lidia, con la migliore intenzione del mondo e con l'effetto contrario. Lì ho saputo, dalla sua bocca, quello che era successo il giorno delle tapparelle: che lei era in quella casa, con la mia famiglia, e non è scesa, e che al ricovero non è comparsa nemmeno un giorno. Scoprire quanto fosse stata vicina, e che avesse deciso di non avvicinarsi, mi ha acceso una rabbia che non conoscevo. Questo non lo scrivo per giustificare quello che ho fatto dopo. Lo scrivo perché si capisca. E poi c'è stato chi ha dato una mano. Due sconosciuti che si presentavano come investigatori di internet hanno deciso di dedicare i loro pomeriggi a Lidia: si sono messi a rintracciarle la vita in rete e mi hanno portato un racconto già montato. Che cosa dicesse quel racconto non ha importanza; quello che conta è che la mia testa se l'è comprato tutto intero. Una paranoia fabbricata da soli crolla per il proprio peso. Una paranoia con due testimoni che ti fanno vedere le schermate sta in piedi. E mi sono lanciato contro Lidia sui social, e non con il disordine di quello che avevo fatto anni prima con Marta, ma con una struttura, con una logica interna montata da un cervello in pieno episodio. Sono stato molto più sistematico. E proprio per questo ho fatto più danno.

Qualche settimana più tardi lei mi ha messo per iscritto quello che si teneva dentro da mesi: se capivo finalmente perché se n'era andata, cioè perché a me non importava niente delle conseguenze di quello che facevo e della gente che avevo intorno. E qualche giorno dopo, con i punti numerati, il riassunto più ordinato che mi abbiano mai fatto di quell'anno: io stavo male; bisognava fermarsi e non c'era modo, per via della droga e del delirio del Messia; lei non aveva strumenti; io ero un muro per qualunque feedback, chiuso dentro un tunnel cognitivo. Tre giorni prima di ricevere quella lista io le avevo annunciato che la mia terapia era praticamente finita. Un uomo che proclama di essere guarito mentre gli descrivono il tunnel dall'interno. E in mezzo ho scritto due frasi che oggi leggo per quello che sono: che non sono bipolare e che sono Marcos. Lei si

è congedata bene: che il suo corpo non stava bene, che doveva bloccarmi, che ci prendessimo un po' di tempo per salute. Mi ha augurato buona fortuna con il trasloco e mi ha chiesto di prendermi cura di me. Dodici giorni più tardi io ero dentro il gruppo del capitolo che viene.

Prima dell'albergo sono successe altre due cose. Mi ha chiamato Raquel e sono andato dove viveva allora, e quella notte sono tornato a consumare. Chi avevo davanti conosceva la mia storia a menadito: i ricoveri, quello che quella stessa sostanza aveva fatto al mio cervello un anno prima, i diciannove giorni di isolamento, le cinghie e la fragilità esatta del momento in cui mi trovavo. E io lo sapevo mentre lo facevo. Era la strada sbagliata, sì, e l'altra strada, quella di reggermi senza niente, mi faceva ancora più paura. E la settimana prima, con il prodromo ormai montato e il racconto del torto subito che mi mangiava ogni notte, ho preso la macchina di mia madre e sono salito da solo sulla montagna del monastero senza dire a nessuno dove andavo. Sono andato a cercare il punto esatto in cui io e Marta, anni prima, avevamo fatto l'amore al tramonto di un giorno di festa grande, con il monastero che si zittiva intorno. Quella volta c'erano solo il vento, la pietra e un uomo di trentacinque anni piantato nello stesso posto, a guardare lo stesso orizzonte, solo del tutto. E lì mi è caduta addosso una certezza senza una crepa: l'avevo persa. Quello che mordeva non era questo. Era il modo. Che la donna che probabilmente mi aveva voluto più bene in tutta la sua vita mi avesse cancellato senza salutare e senza nemmeno rimproverarmi niente. Non era che mi avesse lasciato. Era che io avevo smesso di esistere per lei, e quella è un'altra cosa e morde in un altro punto. Ho sceso tutta la montagna con una domanda che non ha risposta: se una persona così poteva eliminarmi in quel modo, io che cosa ero.

Quindi mettilo tutto insieme, che è quello che non ha mai fatto nessuno, né un tribunale né io stesso fino a poco tempo fa. Un uomo di trentacinque anni sulla branda pieghevole nel salotto di sua madre. Senza litio dall'inverno e senza iniettabile dall'autunno. A bere tutti i giorni. Senza dormire. Con l'agorafobia che gli chiudeva la strada. Con sopra una ricaduta nella ketamina, davanti a chi sapeva benissimo che cosa quella roba gli aveva fatto un anno prima. Con due sconosciuti che gli alimentavano una paranoia con prove false. Con una relazione che aveva chiuso lui stesso e un'altra che aveva fatto saltare sui social. E sotto a tutto questo, il buco che aveva lasciato Marta senza una parola, che era l'unico che non poteva nominare. Sette cose intrecciate, sei delle quali mie o di gente che non era lei, e sopra tutte e sette una malattia non curata. Non è stato

un uomo che un giorno ha deciso di fare del male a qualcuno. È stato un edificio intero che veniva giù tutto insieme.

Pochi giorni dopo essere sceso da lassù ho affittato una stanza in un albergo alto della città. Ventiseiesimo piano, con Barcelona sotto e io che la guardavo come se fossi il re del mondo. E bisogna dire di che albergo si trattasse, perché io non ci sono arrivato fino a anni dopo e con quel dato l'episodio si legge in un altro modo: era lo stesso albergo e lo stesso piano dove io e Marta avevamo dormito la notte della riconciliazione, appena tornati a innamorarci, la prima volta nella mia vita in cui mettevo piede in un posto così. Prima sono salito da solo nel punto esatto della montagna dove eravamo stati insieme; qualche giorno più tardi ho affittato la stanza in cui avevamo dormito. Un uomo convinto di stare impazzendo per conto suo e che in realtà sta visitando, uno dopo l'altro e senza saperlo, gli altari della propria storia. Lo metto perché è la prova più pulita che ho che quella roba non era odio. Era un cervello senza freni che cercava alla cieca quello che aveva amato di più.

Ho comprato due bottiglie e sono salito. E adesso la finestra. Un ventiseiesimo piano ha una vetrata da cima a fondo e la città intera sotto, di notte, con le sue luci, e a un uomo senza redini, senza sonno e senza pavimento quella roba non sembra un panorama. Sembra un'uscita. Quello che è salito a quel piano non ci era andato per fare del male a nessuno. Ci era andato per non tornare. Ed è stato fortunato, o graziato, dal fatto che la polizia sia arrivata prima di lui. Quello che è successo in quella stanza le due notti successive non me lo ricordo.

Capitolo 35 • Gli audio

Il gruppo era mio. L'avevo aperto tempo prima, con il nome che usavo allora, in una di quelle applicazioni di messaggistica, e gli davo l'uso che si dà a un posto così: sfogarmi. Quell'inverno l'ho riaperto con due frasi, che avevo intenzione di caricarci una raccolta dei miei audio e che chi li ascoltava me li confutasse a mani nude. E ne ho caricati quaranta e passa di fila, alcuni da un quarto d'ora. Quella roba è finita per diventare una specie di forum con riunioni in videochiamata; io convocabo dibattiti e chiedevo foto di graffiti e di banconote con un'etichetta. Quella era la sala. E l'account me l'avevano già limitato per via delle segnalazioni.

Gli sconosciuti sono entrati una notte, quindici in un colpo solo, e uno di loro mi ha raccontato da dove uscivano: da un gruppo di pettegolezzi dove erano tre giorni che avevano il mio nome in bocca. Da allora la curva di quella sala è stata esattamente la curva del mio episodio, in messaggi e in persone: sono arrivati a essere quasi duecento a guardare la stessa cosa, e quasi tutto l'hanno scritto una decina. E quello che dicevano a quell'uomo è scritto e lo metto così com'è, perché chi legge queste pagine deve vedere che cosa si leggeva dentro quello schermo: sei un incompreso, la cosa migliore è togliersi la vita e salire di livello. Ammazzati e smetti di soffrire. Io ero venuto a vedere un suicidio in diretta e c'è solo un tizio che frigna per due spicci. Non hai le palle per buttarti. Una volta e un'altra, in giorni diversi. La prima notte, mentre io bevevo birra, mi hanno corretto il bicchiere verso l'alto, verso il gin. Io erano anni che usavo l'alcol per farmi scendere le notti senza sonno, e loro lo sapevano perché io lo stavo raccontando in diretta, e quello che hanno fatto è stato alzare la gradazione. E spingevano nelle due direzioni insieme: uno scriveva di chiamare Marta e un altro, lo stesso pomeriggio, che io non avevo le palle di chiamarla; quando parlavo di lei, che Marta mi odiava, che per lei io non esistevo. Se qualcuno vuole sapere come si tiene acceso un maniacale per dodici giorni di fila, che legga quelle due settimane. È un manuale.

E c'è una cosa che ormai non si riesce più a leggere senza che ti caschi l'anima. Io avevo pubblicato lì, di mia iniziativa, dove sarei stato tre giorni dopo: un ritiro in montagna, con della gente, con il nome della tenuta e del paese, chiedendo che non chiamassero lì. Un ritiro con le piante a cui, con la mia diagnosi, non avrei mai dovuto andare, ma che almeno era gente, e montagna, e ore senza schermo. Per tre giorni quella roba è stata la barzelletta del gruppo. E la vigilia uno l'ha dato per morto con quattro parole, e quattro ore dopo un altro ha scritto: chiama un taxi e vai in albergo. Due minuti dopo, un altro ha incollato il link di un sito di alberghi. Che se arrivavo in albergo registrassi video di tutto. Che mi barricassi nella stanza. Il giorno del ritiro è stato il giorno della polizia sulla porta.

E adesso la parte che mi costa di più, che è la sua. Di quelle due settimane, nove giorni sono un uomo in pieno episodio che parla della donna che amava, davanti a degli sconosciuti, a fiotti. Che era una persona leale. Che non è mai stata quella dopo, che era LEI, così, in maiuscolo. Che non era il porto: che era l'oceano. Che era la mia anima gemella. E quando qualcuno si è messo a fare battute sul suo nome e sul suo corpo, sono saltato su a difenderla, e sta scritto lì. E sta scritto lì anche, dallo stesso uomo e negli stessi giorni, una frase che leggo con un nodo in gola: che io non avrei perseguitato Marta. E c'è anche l'altra cosa, che è pure dello stesso uomo: se qualcuno se la sentiva di chiamarla e spiegarle tutto; chi fosse il primo a chiamarla; e il suo numero, scritto da me, tre volte. Tutte e tre le volte sono uscite dalla mia tastiera. E una frase dello stesso giorno che ritrae meglio di qualunque altra dov'ero io: che sarei stato a una telefonata di distanza dal farmi rinchiudere a vita. Lo sapevo. L'ho scritto. E ho continuato.

E poi è arrivata quella notte, e la racconto per com'è stata. Mi sono bevuto una bottiglia intera, e c'è gente di quel gruppo che l'ha lasciato scritto di suo pugno, chiedendomi a che punto fosse la bottiglia, quindi non è nemmeno memoria mia. Con quella roba dentro e con l'episodio a piena potenza, l'ho chiamata. E l'ho chiamata di nuovo. E ancora. E a un certo punto di quella notte la testa mi è partita del tutto e mi sono messo a registrare a manetta. Ore di audio, con la voce rotta, presa dall'alcol forte e dalla follia. Minacce di morte brutali, aberrazioni che la mia testa fabbricava con l'aplomb di chi crede di star raccontando la verità al mondo intero. Ho detto che le avrei tagliato la colonna con delle cesoie da potatura. Ho pubblicato i suoi dati. E i miei. E a un certo punto, dopo ore di audio, uno di loro ha scritto: be', ormai l'hai minacciata. E io ho ris-

posto in quello stesso minuto, in quattro messaggi di fila: ma va'. Era uno scherzo. Una trollata. E due minuti più tardi stavo caricando un altro audio. Lo racconto perché è esattamente quello che c'era dentro la mia testa: io credevo di stare dando spettacolo a una sala, di recitare per una platea che mi applaudiva. E quella stessa notte, nella stessa sala, ho condiviso delle nostre foto degli anni buoni, con l'orgoglio di chi mostra la roba sua, e c'è stato chi ha risposto che era bruttissima. Sono saltato su come se avessero insultato me, e gli ho risposto con un audio, con tutta la spavalderia che mi esce negli episodi: che Marta era la donna più bella che avessi conosciuto, la più bella che i suoi occhi avrebbero mai visto e la più bella di tutto l'universo e della multidimensionalità. Nella stessa notte in cui stavo dicendo l'altra roba.

Qualcuno di quel gruppo ha fatto arrivare gli audio a Marta. È quello che le è arrivato, e non ho intenzione di abbassarlo di una virgola, perché quello che le è arrivato è vero e la paura che ha provato è vera. Quello che bisogna capire di quegli audio non li scusa, li spiega soltanto: quello che è uscito dalla mia bocca non era un piano né un desiderio. Era il materiale che la mia testa aveva a portata di mano. E la mia testa erano venticinque anni che stava dentro internet, a vedere e a leggere tutto l'orrore che lì dentro si può vedere e leggere. Quando a un cervello così gli si toglie il freno con l'alcol e la psicosi, afferra la cosa più terribile che ha in magazzino e la sputa fuori. Per questo, quando li ho ascoltati dopo, non ho riconosciuto niente. Neanche una frase. Non era il mio vocabolario. Era la fogna in cui nuotavo da venticinque anni, che usciva da una bocca senza freni. Niente di quella roba andava da nessuna parte, e non è andata da nessuna parte. Però a lei è arrivata. Ed è questo che non posso aggiustare.

Il giorno dopo l'albergo ha chiamato la sicurezza, la sicurezza non è riuscita a tirarmi fuori dalla stanza, e hanno chiamato la polizia; loro lo trasmettevano in diretta nella sala, come chi racconta una partita: che aveva chiamato il personale dell'albergo, che c'era un poliziotto davanti alla porta, che la polizia era già dentro la stanza, e uno che proponeva, quando ormai era del tutto superfluo, che qualcuno chiamasse l'albergo per avvisare che quello lì dentro era in pieno delirio.

A metà pomeriggio sono entrati. E questa parte non la racconto a memoria, perché a memoria non ho niente: il cellulare è rimasto a registrare sul tavolo e la registrazione è lì, trentadue minuti che ho messo su parecchie volte con la sensazione di ascoltare uno sconosciuto che usa la mia voce. Va così com'è, con quello che si sente.

La prima cosa che si sente è Bach, a tutto volume sul portatile, e sopra Bach la porta e due voci nuove. Io ero a letto, completamente nudo, coperto fino in cima dal lenzuolo e dal copriletto e con la testa fuori, e non mi sono mosso.

—Come sta? —dice una delle voci.

—Sono il Messia.

L'ho detto così, senza alzare la voce e senza nessuna fretta, come chi fornisce un dato amministrativo. E loro hanno tirato dritto per la loro strada, che è la cosa che di tutta la registrazione mi lascia più a bocca aperta: due persone che facevano il loro lavoro con una decenza che non mi aspettavo.

—Ha precedenti psichiatrici?

—Sono trilionario.

E dietro a quello, nella stessa raffica, che la madre di non so chi era la regina, che dovevano capire che cosa stava succedendo nel mondo in quei giorni, e una frase che mi perseguita perché è l'unica dei trentadue minuti che abbia la forma di un argomento giuridico.

—Sono ubriaco d'amore. Non di droga.

A un certo punto mi chiedono delle regole. Quelle della casa, quelle dell'albergo, quelle che erano due giorni che saltavo senza accorgermi che esistessero. Ed ecco quello che di tutta questa storia mi interessa davvero.

—Quali regole? Non ha toccato Marta.

Questo ho detto. Davanti alla polizia. In terza persona, come se parlassi di un altro. Ed è che parlavo di un altro: in quel minuto nella mia testa c'era un uomo di cui io rendevo conto agli agenti, un terzo che io difendevo da un'accusa che nessuno gli aveva ancora formulato, mentre nel telefono che stava registrando c'erano quaranta audio che dicevano quello che dicevano. Le due cose nello stesso corpo, nello stesso giorno e con la stessa voce. E una cosa piccola che conservo lo stesso, perché ritrae quello stato meglio di qualunque altra: l'agente che è entrata per prima aveva un nome doppio di quelli di sempre, e dopo pochi minuti io la stavo già chiamando con il diminutivo, con la confidenza di chi crede che siano venuti tutti alla sua festa.

Mi hanno portato fuori che deliravo, sicuro mentre scendevamo che tutta quella roba fosse parte di un piano più grande che solo io ero in condizione di capire. Del tragitto non mi resta niente. Mi resta il risveglio: un letto in cui non potevo muovermi, il sapore di moneta vecchia che mi aspettava in bocca, e una certezza che veniva già da dentro la caduta, quella di aver fatto stavolta una cosa che non si sistemava pagando delle rate ogni mese. E ci ho azzeccato.

Mi hanno portato all'ospedale a sud, perché in quello a nord non c'erano letti, e lì mi ha interrogato il giudice. Non in un'aula e non con una toga: in uno studio in prestito, con un portatile appoggiato su un tavolo e una faccia dentro un rettangolo sullo schermo, e un medico accanto a me finché non ha smesso di esserci. Quello è un internamento involontario visto da dentro, e bisogna chiamarlo con il suo nome: una pratica che finisce per dare per buono il racconto del sistema sanitario e quasi mai quello del paziente, e che si conclude con una persona a cui vengono sospesi i diritti civili per un tempo che nessuno le dice. A me mi hanno lasciato lì da solo. Quando ho visto che non tornava nessuno, ho ridotto a icona la videocchiamata, sono entrato nella mia posta e ho copiato su un post-it i numeri che volevo chiamare durante il ricovero e che non sapevo a memoria. Ho nascosto il foglietto nelle mutande. Poi mi sono versato un bicchierino di gel idroalcolico in uno di quei bicchierini di carta che ci sono nei reparti, con la disperazione che ha un alcolista in astinenza, e me lo sono mandato giù in un sorso. Ho chiesto di telefonare, ho detto che era alla mia ragazza, e ho chiamato Marta. Le ho detto: ciao, Marta, ti chiamo dall'ospedale. Mi ha riattaccato appena ha sentito la mia voce. E non gliene faccio una colpa, sapendo che cosa c'era dalla sua parte, che è anche quello misurato: una voce che è stata associata a una minaccia non arriva al cervello come una voce, arriva come la minaccia, per una strada corta che fa scattare la paura prima che la cortecchia abbia capito le parole. Riattaccare, a quel punto, non è una decisione. È un riflesso. La parola ospedale andava per la strada lunga ed è arrivata quando il telefono era già stato riattaccato. Dopo ho chiamato Jordi, amico del paese e di sempre, e mi ha raccontato che aveva appena perso qualcuno di casa sua, di colpo. Sono crollato del tutto, con mio padre addosso e con la donna del secondo ricovero addosso, sono diventato aggressivo con un infermiere che ha provato a farmi qualcosa fisicamente, non ricordo che cosa, e mi hanno contenuto. Quella volta con motivi da vendere. Dopo sette giorni mi hanno trasferito all'ospedale a nord, quello della mia cartella clinica. Il referto di dimissione dice scompenso maniacale con sintomatologia psicotica, e nei precedenti tossicologici scrive che mia madre riferiva un aumento del consumo di alcol nelle ultime settimane, e che il paziente lo negava nonostante la confrontazione. Quello è l'uomo che ha registrato quegli audio: uno che otto giorni dopo bisognava legare a un letto, e che negava di aver bevuto con le bottiglie ancora nella stanza.

E in questo capitolo, che è quello della cosa peggiore che io abbia mai fatto, tocca spiegare com'è un episodio da dentro, perché quello che viene dopo si

regge tutto sull'idea che quella roba sia stata una mia scelta. Prima se ne va il sonno, che è già raccontato; poi si accelera il pensiero, e la sensazione non è di malattia, è di lucidità; poi si stacca il freno, quello che valuta le conseguenze, che è quello che ho già spiegato. E c'è una cosa che la gente non sa della mania, perché se la immagina come euforia: una su tre, più o meno, è irritabile e ostile, e l'ostilità verbale è un sintomo da manuale quanto il non dormire. L'aggressione fisica, invece, è rara, e quando compare va quasi sempre contro se stessi. Quello che è uscito da quella stanza è stata la prima, nella sua forma più pura. Finché quella roba dura, chi la subisce non ha accesso allo strumento che serve a valutare quello che fa; non lo usa male: non ce l'ha davanti. Da qui viene il fatto che il diritto penale preveda come esimente l'anomalia psichica che impedisce di comprendere quello che si sta facendo. E da qui viene che alla frase di sempre, però l'hai fatto tu, non si possa rispondere né un sì né un no. Le si risponde questo: l'ha fatto il mio corpo, con la mia voce e con il mio telefono, agli ordini di un cervello che in quei giorni non era quello che sono. E poi c'è la parte che invece mi appartiene e che mi prendo: erano mesi che ero senza terapia, bevevo, dormivo male e mi sono passato sopra tutti gli avvisi. Nessuna di quelle cose da sola provoca un episodio, e tutte insieme lo rendono più probabile. L'episodio non l'ho scelto io. Quello che ho scelto, tante volte e per anni, è stato non mettergli tutte le barriere che avrei potuto mettergli. Lì c'è la linea e da lì non mi muovo: di quello che ho fatto in psicosi non rispondo, perché lì dentro non c'era nessuno in condizione di rispondere. Di quello che faccio oggi rispondo per intero.

Il gruppo è andato avanti senza di me altri diciassette giorni, a commentare il mio ricovero, a discutere in pubblico se fossi ricoverato o se me lo inventassi, quanti ricoveri avessi alle spalle. E due giorni dopo che mi avevano tirato fuori dall'albergo, uno di loro ha scritto l'unica frase sensata di quelle tre settimane: che il gruppo intero era sporco, che erano giorni che spingevano il messia a fare follie. Io l'ho esportato e l'ho cancellato. La prova di quello che hanno fatto gli altri l'ha conservata l'unico che ci faceva una brutta figura.

Capitolo 36 • Il perdono di Lidia

Sono uscito da quel reparto e nella cassetta della posta mi aspettavano due denunce. Una era di Lidia, per quello che avevo fatto sui social quell'inverno. L'altra era di Marta, per gli audio. E dietro è arrivata la peggior depressione postpsicotica che avessi avuto fino ad allora, che chi non ci è passato non se la immagina: non si tratta di essere tristi, si tratta che si stacca la corrente generale. Di nuovo il salotto di mia madre, di nuovo senza essere capace di varcare il portone, e con una sola finestra sull'esterno, che era lo schermo del cellulare. Da quella finestra sono entrati loro. Quelli di quella sala: messaggi privati da account senza foto, pezzi dei miei audio trasformati in meme con le risate sopra, bipolare di merda, pazzo di merda, fai un favore al mondo. Ce n'è stato uno, più documentato degli altri, che mi ha scritto di ammazzarmi come mio padre. E le telefonate nel cuore della notte, da numero anonimo, che squillavano nel salotto di mia madre per sganciare la stessa istruzione e riattaccare tra le risate. Sparavano sempre con la stessa cosa: la mia malattia. Non me ne davano per qualcosa che avessi fatto; me ne davano per quello che ero. E da lì non me ne sono andato, perché chi vive nel pozzo ha bisogno di sapere quanto lo odiano oggi, come uno si preme un dente rotto per verificare se fa ancora male. Ogni sera entravo a leggere la mia lapidazione.

E nello stesso momento, in quello stesso telefono e in quella stessa settimana, c'erano quattro donne che facevano con me quattro cose diverse. Mia sorella montava la difesa dall'interno: che cercassi gli audio con minacce che dicevano di aver prodotto, e nel cuore della notte i due limiti che mi servivano e che io non volevo sentire, che ignorando i medici non avrebbe funzionato niente e che quella roba non era una prigione ma un percorso di riabilitazione. Non sei in prigione. Me l'ha dovuto mettere per iscritto mia sorella, perché da dentro io non ero capace di distinguere una cosa dall'altra. Raquel mi mandava canzoni, un giorno dopo l'altro, senza chiedermi niente, e una sola frase seria che valeva più di tutto il repertorio: che a quello si riferiva lei quando mi chiedeva di imparare a riconoscermi prima della mania. Rilevamento dei prodromi, in bocca a

una donna che non aveva studiato medicina, tre anni prima che me lo spiegasse un professionista. Judit mi stava perdonando, che quella roba non ero io e si vedeva chiarissimo, e due ore più tardi arrivava la parte che non era perdono ma fattura: che lei sapeva perfettamente che cosa c'era, e che io avrei potuto appoggiarmi a lei invece di allontanarla. E mia madre mi scriveva dal pronto soccorso, con l'ago in vena, per informarsi su come stessi io. E quell'uomo, in quelle stesse settimane, era convinto che non lo reggesse nessuno.

L'avvocata era del parere che non convenisse raccontare a Lidia da dove fosse uscita tutta quella roba: che prove non ce n'erano, che non era il momento. Mia sorella l'ha chiamata lo stesso. Lidia non le ha risposto al telefono, così le ha lasciato un audio raccontandole che cosa era successo. Lidia l'ha ascoltato. E quello che è tornato indietro tre giorni dopo, per bocca di mia sorella, è la cosa migliore che mi abbiano detto in tutto quell'anno: che non capiva perché non mi allontanassi un po' da lì e non mi mettessi a recuperare l'autocontrollo, e che se continuavo a buttare legna sul fuoco avrei finito per bruciarmi un'altra volta. Questo ha detto la donna che mi aveva denunciato, con tutto il diritto del mondo di non pronunciare mai più il mio nome. Io ci ho messo due anni e mezzo ad allontanarmi. E mi sono bruciato un'altra volta, esattamente come lei aveva annunciato.

E allora Lidia ha fatto un sogno. Bisogna dire chi era per capire la dimensione della cosa: nichilista, studentessa di filosofia, convinta che niente di tutto questo significhi niente. Qualcosa le si è mosso dentro dopo un viaggio, in un percorso che veniva dalla sofferenza che aveva passato con me, e la nichilista è finita credente. E in quel sogno la Madonna le ha detto che io non ero cattivo, che stavo male. Che ero buono. Che doveva perdonarmi. Lei era ancora in un gruppo in cui stavo anch'io; le ho chiesto scusa e le ho spiegato che non ero stato io, che quella roba non l'avevo fatta apposta. Mi ha perdonato e ha ritirato la denuncia. Più di un anno dopo le ho scritto per ringraziarla di essere stata comprensiva con il mio disturbo e per raccontarle che la cura andava bene, e mi ha risposto senza un rimprovero e senza mettermi una sola condizione: che le era costato un mondo perdonarmi, ma che Dio l'aveva aiutata, e che senza di Lui non crede che ce l'avrebbe fatta. Io sono anni che voglio che la gente mi capisca. Lei ha fatto una cosa parecchio più difficile: perdonarmi senza avermi capito del tutto. Quel perdono non è piaciuto a tutti. Qualcuno che le stava vicino mi ha chiamato in videochiamata mentre io ero in piena psicosi, sapendo benissimo che io pubblicavo tutto quello che mi entrava dal telefono, e appena l'ho

pubblicato mi ha citato in sede civile per la sua immagine. In sede civile, dove l'esimente non esiste: lì io non ero un malato in pieno episodio, ero un cittadino lucido che diffondeva immagini per pura cattiveria. Mi è costato quello che non avevo in avvocati e delle scuse firmate in una lingua che non era la mia, in cui quello che era caduto nella trappola chiedeva scusa per iscritto a quello che gliel'aveva tesa.

Questo con Marta non è successo. Marta è arrivata fino in fondo, fino a che c'è stata una sentenza. E non gliene faccio una colpa, perché so che cosa le era piovuto addosso per strada e a provocarglielo sono stato io: anche lei l'hanno chiamata quelli di quel gruppo, con i dati che avevo pubblicato io stesso in pieno episodio, e con quella roba addosso portare avanti il procedimento fino in fondo è quello che avrebbe fatto chiunque voglia soltanto che quella cosa finisca. Quello che mi è rimasto conficcato è stata una domanda. Alla prima deposizione il suo avvocato mi ha chiesto se io avessi maltrattato la mia compagna, e la giudice ha messo a verbale che la domanda non era ammissibile. Su quella cosa ci ho rimuginato due anni. Due anni a registrarmi audio di notte in un gruppo privato dove non c'era nessun altro tranne me, a parlare per ore intere a una Marta che non c'era, a risponderle quello che in quell'aula non mi hanno lasciato rispondere. A quello si dedicava l'uomo della branda pieghevole quando si spegneva la luce. A risponderle.

E quegli audio sono finiti in un tribunale perché qualcuno rispondesse a un'unica domanda: se quell'uomo fosse in grado di governarsi o no. Ha risposto un perito in una pagina, e la pagina è rimasta dentro il tribunale. Gli audio no. E un audio di un uomo in psicosi, ascoltato senza la diagnosi accanto, non dice niente di nessuna malattia: quello che fa è fabbricare un personaggio. Il resto ce lo mette la ripetizione, che si studia da quasi un secolo: in ogni bocca la storia si accorcia, cadono via i dettagli che non combaciano con quello che chi ascolta già crede, e la prima cosa che cade è sempre il contesto. Per questo non c'è bisogno che menta nessuno in nessun anello. Basta raccontarlo tre volte, e quando un certo numero di persone ha già deciso, al successivo costa meno fidarsi di quello che è già deciso che andare a guardare per conto suo. Un solo dato contrario fa saltare tutto questo, e quel dato non è mai arrivato, perché l'unico che poteva darlo era legato a un letto, o su una branda, o a parlare di notte a un'assente. E c'è stato chi ha giocato d'anticipo: quella gente ha pubblicato una nota in cui spiegava che il responsabile di tutto quello che usciva da lì ero io. Un alibi, un mese dopo il mio quarto ricovero.

E negli ultimi mesi di quell'anno è comparsa una persona che non ho ancora raccontato. Si chiamava Nerea. Ci eravamo conosciuti anni prima e io le avevo dato buca, una buca di cui non mi ricordo, e quell'autunno mi ha scritto un ciao allungato e dopo sette minuti mi ha presentato il conto con malizia: se ormai non ero più uno stronzo e se ormai non mollavo più la gente per strada. Le ho risposto quello che all'epoca non avrei saputo dire: che in quel periodo il mio disturbo bipolare non era curato. Nerea teneva insieme la vita con il fil di ferro e la reggeva con una dignità che non avevo mai visto: un lavoro pagato male e dei bambini a carico. E anche così mi ha fatto spazio. Dopo cinque settimane ha fatto quello che in questo libro non ha saputo fare nessun altro con me: dirmi che mi voleva molto bene, ma che se tornavo alle droghe lei non ci sarebbe stata; e ventitré minuti più tardi, perché quella cosa non suonasse come una minaccia, che mi voleva nella sua vita e che io sapevo già com'era la sua vita. E d'inverno: che essere seccata con me non significava volermi meno bene; che mi voleva bene, ma che voleva più bene a se stessa. Quell'autunno è arrivata Kira, la gatta tartarugata, e quell'inverno hanno operato mia madre al ginocchio, e quella che ha cresciuto la cucciola in casa sua per tutti quei mesi è stata Nerea. Perfino la mania di infilarsi sotto il copriletto l'ha imparata lì. E io mi sono preso cura di mia madre, la portavo in bagno, le facevo la puntura di eparina. Ho fatto la mia parte.

E l'ho persa per non aver preso la macchina per un quarto d'ora. La causa si è trascinata per tutto quell'anno; ho venduto la moto per pagare gli avvocati e l'alcol è tornato dalla porta di servizio, una birra per riuscire a leggere ogni atto. Io non ho ricominciato a bere con qualcuno. Ho ricominciato a bere con il tribunale. Vivevamo in due paesi del Vallès separati da un quarto d'ora abbondante di strada; quella che aveva tutte le ragioni per stare ferma era lei, e si muoveva; quello che aveva tutto a favore ero io, e tirarmi fuori di casa costava ogni volta di più. Quella roba non era disamore: era l'agorafobia e la depressione di quell'anno che trasformavano quindici minuti di strada in una distanza impossibile. Da fuori non si vede nessuna malattia. Da fuori si vede un tizio che non si presenta. Lei me l'ha detto a chiare lettere: che nel mio orario lei non era contemplata; che era sempre quello che potevo io, e tante volte quello che volevo io; che le bricioline erano finite. Ed era ricomparsa una donna di prima, di cui parlo dove tocca, e il tempo che non davo a Nerea lo stavo dando, sotto il suo naso, da un'altra parte. Una mattina di quella fine estate le ho scritto che stavo così così, che avevo avuto un sacco di incubi, e cinque volte di fila che non vo-

levo perderla, e in mezzo, senza venire a proposito di niente, se sapesse che il giorno prima ero stato a una riunione in videochiamata con gente che aveva la stessa cosa che ho io. Ha risposto a quello e non all'altro. In diciassette minuti si sono infilate nella conversazione le due cose che avrebbero deciso gli anni successivi: la donna che stavo per perdere e l'associazione che avrebbe finito per reggermi. Con Nerea è successo lo stesso che con Judit, e lo stesso che prima con Lidia: non le ho perse perché avessi smesso di volergli bene. Le ho perse perché avevo il cuore ficcato dentro un tribunale e dentro un salotto al buio, a parlare a Marta. Bricioline.

Parte V • LA CADUTA

Capitolo 37 · La tregua

L'anno successivo a quello dell'albergo è stato il più tranquillo degli ultimi dieci, ed è esattamente quello che alla gente costa fatica credere: che tra due catastrofi di questo libro ci stia un anno intero senza episodi, senza ambulanza e senza una parola di troppo con nessuno. Un anno in cui mia madre mi ha chiesto di non prendere la macchina perché avevo addosso troppi farmaci e io le ho risposto per iscritto che aveva ragione. Giustamente, ho scritto. Quella stessa frase, tre anni prima, sarebbe finita con una porta sbattuta. Quell'avverbio misura quello che era cambiato meglio di qualunque referto, e quello che era cambiato si chiama eutimia.

L'eutimia è l'umore normale di un bipolare, il tratto di mezzo, senza mania sopra e senza depressione sotto. Non significa felicità e non significa nemmeno salute: significa che la malattia non sta al volante. È una tregua, e le tregue si reggono con cose per niente epiche: la pastiglia e mezza del mattino e le due della sera, dormire sempre le stesse ore, mangiare sempre alle stesse ore, non bere, avere un posto dove andare la mattina e qualcuno a cui raccontare la giornata. La faccenda dei ritmi sociali è già spiegata, e quando si rompono (un volo lungo, una rottura, un processo) l'episodio arriva dietro. Tutto quello io quell'anno ce l'avevo. Quello che non avevo era quasi ogni altra cosa, ed è lì la trappola che nessuno ti racconta: appena la malattia molla il volante, quello che si siede a guidare è un uomo che sono dieci anni che non guida, con la strada sbarrata dall'agorafobia, con centotrenta chili addosso e con una lista di persone perse più lunga di quella delle persone che gli restano. Stare bene, con questa malattia, consiste nell'avere davanti la ricostruzione intera. E la ricostruzione non la fa nessuna pastiglia.

L'ho fatta io, nel salotto di mia madre, con due procedimenti ancora aperti sopra la testa e con il debito che aveva lasciato l'anno della coppia a tre, e che ho pagato da solo, perché i prestiti li avevo firmati io anche se il consumo era stato di più di uno. Quattro anni a pagare. Il primo mese ho aperto l'estratto conto tutti i giorni, con la sorveglianza che si dedica a una ferita. Poi ho scoperto

che il lavoro aiutava: mentre risolvevo a qualcuno il suo problema, alla mia testa non restavano cicli liberi per contare le rate. Era assistenza tecnica; quello che risponde quando qualcosa si è rotto. Non era il lavoro che avrei scelto, ma portava con sé una cosa su cui non contavo: un problema concreto, di una persona concreta, che chiamava con la voce di chi ha bisogno di aiuto e riattaccava con la voce di chi non ne ha più. O funzionava o non funzionava, e per un tizio la cui vita intera era ambigua quella roba era quasi una cura. Pagare mese dopo mese per quattro anni non ha niente dell'impresa. È un esercizio di resa: ammettere che ci sono conseguenze che non se ne vanno da sole e che l'unica cosa in tuo potere è non smettere di pagare.

E in quell'anno tranquillo ho fatto quello che fa chiunque scoprendo di essere rimasto senza nessuno: mettermi a bussare a vecchie porte. Una di quelle era quella di Nuria. E questo conviene dirlo chiaro, perché è stato raccontato al contrario tante volte: Nuria non è tornata. L'ho cercata io.

Per capire che cos'era Nuria quando ha aperto quella porta bisogna guardare quelli intorno a lei. I suoi amici di sempre non l'hanno mollata: sono maturati, che non è la stessa cosa anche se da dentro somiglia parecchio. Io stesso le avevo intrecciato il suo mondo con il mio nell'anno del divano, quando al suo compleanno le ho presentato il meglio che avevo. E uno alla volta, quelli di quel gruppo hanno trovato la loro uscita: una coppia, un lavoro, dei bambini, una vita che va avanti. Nuria è rimasta dov'era mentre gli altri si muovevano. Aveva le sue ragioni e la sua ferita, e non sono mie da raccontare. E non lo metto neanche come rimprovero: io ho passato anni a fare cose simili per non guardare in faccia quello che avevo davanti. Lo metto perché tutti quelli che si erano mossi li liquidava con la stessa parola. L'avevano abbandonata. Delle uscite degli altri parlava con sarcasmo, come chi commenta una resa, e quello che stava descrivendo senza rendersene conto era quello che a lei era andato sfuggendo. Io ho ascoltato uno per uno quei commenti e ho guardato da un'altra parte, perché avevo bisogno di compagnia. E la regola è vecchia e io la sapevo: chi parla male degli altri alle loro spalle davanti a te, un giorno parlerà male di te alle tue. Abbandono. La stessa parola che anni dopo avrebbe appiccicato a me.

In quel periodo qualcosa in lei si era mosso, ed era a quel punto quando le ho scritto, senza aspettarmi neanche lontanamente quello che è venuto. Quella roba si è riattivata con una forza che io non avevo calcolato, e bisogna dire che cosa c'era dentro quella forza, perché il finale ha tinto l'inizio e l'inizio è stato un'altra cosa: Nuria mi ha dato comprensione senza limiti. Mi ha dato affetto, mi ha

dato cure e mi ha dato le chiavi di casa sua. Scendeva a prendere pane, uova, pomodori e latte per prepararmi la colazione. Mi è stata addosso in un tratto in cui io non stavo addosso a nessuno. Ha messo tutta la carne al fuoco, e io, in quel momento, ne avevo bisogno.

E adesso la parte in cui ci faccio brutta figura. Tutta quella roba mi ha allontanato da Nerea, e non per caso: mi sono allontanato perché ho scelto. Con Nerea io non stavo bene: ero ancora in pieno lutto per Marta, a registrare audio nel cuore della notte su una storia finita anni prima, e in quella relazione non ci mettevo nemmeno metà di quello che c'era da metterci. Un giorno di quell'autunno lei mi ha scritto le tre cose su cui dovevo concentrarmi, palestra, università e lavoro, e mezz'ora più tardi quello che le serviva da me, senza ambiguità: che ci fossi senza ossessionarmi, che sapessi che esisteva, che non sparissi, che fossi capace di ascoltarle un audio quando me lo mandava. E quella stessa mattina mi ha scritto la cosa più bella che mi abbia scritto qualcuno: che io ero ricomparso nella sua vita in un modo talmente inatteso da sembrare incredibile, e che in pochissimo tempo facevo già parte della sua piccola famiglia. L'elogio, il programma e l'ultimatum, tutto lo stesso giorno. Ed è lì che Nuria ha fatto la sua mossa, che è consistita nel non rimproverarmi niente: comprensione senza condizioni proprio nel minuto in cui l'altra porta mi stava chiedendo conto. Sono rimasto con quella che non chiedeva conto e ho smesso di affacciarmi a quella che lo chiedeva. Un cervello che viene da dove veniva il mio tira sempre verso dove non gli chiedono conto. E con Nerea quella roba non è stata giusta.

Nuria voleva una relazione, e io non potevo dargliela, e non per quello che sembra. Non l'ho mai vista come compagna: non è stata una decisione, è stata un'assenza, e le assenze non si spiegano, si descrivono. Di me si sono sempre impadronite le donne con cui si può parlare fino alle quattro del mattino di qualunque cosa, quelle che hanno dentro un mondo a cui uno si affaccia. Con Nuria ridevo come con poche persone; quello che non c'è mai stato è stato un posto a cui affacciarsi, e senza quello, in un uomo fabbricato come me, non parte niente. Lei me l'ha detto tante volte, e non per scherzo: che saremmo stati la coppia perfetta, che come facevo a non vederlo. Quel desiderio era reale ed era suo. E qui l'eutimia smette di essere una parola e diventa la prova più pulita che ho: stando in eutimia io non l'ho mai desiderata. Neanche una volta in dodici anni. L'ho desiderata nell'anno del divano, e l'ho desiderata davvero, ma quel desiderio stava montato sopra a un'ipomania e si è spento insieme a quella; senza epi-

sodio dell'altra cosa non c'era niente. È tornata, l'ho avuta davanti per mesi interi, con tutte le facilitazioni immaginabili, e non ho voluto. Né relazione né letto. Gliel'ho detto in mille modi diversi e a lei sono suonati tutti come un rifiuto personale, quando quello che le stavo descrivendo era come sono fatto.

E c'era un'altra ragione, che spiega questo tratto meglio di qualunque altra. Prima di Nuria era tornata Raquel, e l'ordine conta perché per anni è stato raccontato al contrario: quella che quell'anno mi ha tirato di nuovo fuori di casa verso i posti di quella comunità da cui me n'ero andato è stata Raquel. Quando Nuria è ricomparsa io ero già di nuovo lì dentro, e ormai non volevo più niente di quello che avevo predicato per un decennio. E anche così ho fatto quello che faccio da bambino, mettere insieme tutti con tutti, come se una casa piena fosse la stessa cosa di una casa: ho messo Nuria e Raquel una di fronte all'altra e ho detto guarda, questa è questa e questa è quell'altra. E a Nuria ho detto quello che pensavo sinceramente, che lì dentro non l'avrebbe giudicata nessuno, che avrebbe fatto amicizie, che magari avrebbe conosciuto qualcuno. E ci si è infilata, ovvio. Solo che quello che voleva ero io. Così entrava con entusiasmo in un mondo da cui io uscivo con sollievo, e quel mondo era proprio quello che lei voleva condividere con me. Camminavamo in direzioni opposte lungo lo stesso corridoio, e di quello non era colpa di nessuno.

L'ultimo giorno di quell'anno lo racconto intero perché ha tutte e due le cose. La mattina ho parlato con Nerea. Ci eravamo messi d'accordo per vederci e io ho cominciato a spostare l'ora, perché mia madre mi aveva messo pressione con il programma del pranzo, e le ho proposto di rimandare. Quello che è venuto dopo è durato nove minuti e lo metto come è suonato, che è come va messo.

—Mi dispiace. Non se ne fa niente: il piano non era questo. Grazie per avermi dimostrato qual è il mio posto.

—Possiamo farlo in un altro modo. Io mi adatto.

—Non ho visto niente che non avessi già visto. Tua madre vince di nuovo. Finisce questo anno di merda.

—Quello che viene sarà migliore.

—Per me sì. Per te non lo so.

Nove minuti, e lei l'aveva capito molto prima di me. E quella sera Nuria mi ha portato a cena con i suoi. Mi hanno presentato come l'amico di Nuria e mi hanno fatto posto a tavola senza chiedere chi fossi, e aveva tutto il senso del mondo: erano mesi che eravamo una coppia strana e platonica, senza vita sessuale e coppia in tutto il resto, i fine settimana, le serie, i pranzi, i programmi.

Dalla sua logica quella roba era la cosa naturale; dalla mia, un posto in cui non sapevo che cosa stessi facendo. Avevamo ragione tutti e due da dove guardavamo. Ormai di nuovo a casa sua, mi si è teso qualcosa dentro. Avevo bisogno di uscire da quella dinamica e non mi restavano energie per tirarne su un'altra, e quelle due erano l'unico filo che mi teneva attaccato a qualcosa di simile a una vita sociale. Così sono rimasto. E Nuria ha continuato ad aspettare.

Capitolo 38 • La linea

Rotta ormai la mia storia con Nerea, Nuria sembrava aver accettato che quell'uomo a pezzi e imbottito di farmaci non voleva andare a letto con lei. E adesso tocca essere onesti su che cosa andavo a cercare io a casa sua, che non era sesso. Era affetto. Ero rotto, con l'agorafobia che si mangiava la strada e con il tribunale appeso al soffitto, e l'unica cosa che mi serviva al mondo era che qualcuno si prendesse cura di me per un po'. Così mi sono aggrappato all'unica fonte rimasta aperta: una donna che mi voleva bene e mi desiderava, e che non aspettava altro che darmi proprio quello che io non le chiedevo.

La linea l'avevo tracciata io, ad alta voce e senza tenermi dentro una parola. Né una relazione con lei, né seria, né senza etichette, né niente a metà strada. Né sesso. Né tornare all'altra cosa, alle pratiche della mia vita precedente, quelle del collare, che avevo mollato con sollievo e che non avevo intenzione di riprendere né con lei né con nessuno, per motivi che questo libro ha già spiegato. Gliel'ho detto così com'era: che dall'anno del divano in qua le cose erano cambiate, che io stavo male, ero sotto farmaci e appena uscito da una relazione, e che quella roba, semplicemente, non sarebbe più stata. Più chiaro dell'acqua. E la linea veniva superata lo stesso, e a superarla non ero io.

In casa quella roba erano bacetti a stampo. Baci casti, di quelli che non impegnano a niente e che a me mi impegnavano a tutto, perché erano la fessura da cui entrava il resto. E il resto erano le sue mani. Mi palpava, mi toccava, perché le andava e perché voleva. A me dava fastidio, e dico fastidio e non altro. E qui voglio essere esatto, che questa cosa l'ho raccontata male parecchie volte e in tutte e due le direzioni. Non ci sono state mani di notte né niente del genere. Ci sono stati sfioramenti e carezze di giorno, da stare in casa, in quantità maggiore di quella che volevo io. E adesso quello che meno mi conviene: non le ho mai detto di no. Mai. Non c'è stata una sola volta in cui io le abbia sganciato un senti, non mi toccare, che non mi va. Non mi sono sentito violato, e non scriverò il contrario perché sarebbe una bugia. Mi sono sentito messo sotto pressione, a disagio, spinto verso un posto in cui non volevo stare. Con le forze mi sarei im-

puntato di netto. Non le avevo. Dire di no consuma energia, anche se non sembra, e io in quella casa entravo senza energia per niente.

E ripeteva una cosa che io in tutto quel tempo non ho saputo smontare: che quello che toccava lei ero io, addormentato, che le toccavo i seni senza accorgermene, e che perciò la roba sua non era altro che restituirmelo. Io non l'ho mai toccata volontariamente, né addormentato né sveglio. Quello che so è l'effetto: qualunque conversazione partiva con me in rosso, e da lì io non trovavo più la porta d'ingresso. Da un debito inventato non esce un no. Mi ci sono voluti anni per vedere quella frase per quello che era, cioè non una spiegazione ma una manovra: quello che stava per protestare comincia in debito, ed è costretto a negare qualcosa (averla toccata nel sonno) invece di poter affermare qualcosa (che non gli va di essere toccato). E non credo che l'avesse montata in malafede: credo che non l'abbia vista, come non ha visto tante altre cose che aveva davanti agli occhi.

Il nome che ho usato io nei miei momenti peggiori non è quello giusto, e nemmeno quello che userebbe un tribunale. Molestie non è stato: quella parola ha un contenuto preciso, e consumarla qui vorrebbe dire rovinarla a gente che ne ha bisogno intatta. E non è stato nemmeno un pover'uomo indifeso davanti a una predatrice, che è la caricatura opposta ed è altrettanto falsa. Quello che c'è stato ha un nome meno vistoso e parecchio più utile: un'erosione. Erodere non è colpire; è ripetere la stessa piccola pressione sullo stesso punto per tutto il tempo che serve, e nessuno di quegli sfioramenti, da solo, avrebbe lasciato un segno a un uomo intero. Il danno sta nella somma e in come fosse messo il terreno. E il terreno tocca a me spiegarlo, perché reggere un limite non è un tratto del carattere ma una funzione, e in questa malattia quella funzione si consuma da tutti e due i lati. Da sotto la consumano lo sfinimento e l'isolamento, e quando la persona a cui bisognerebbe dire di no si rivela l'unico legame che ti resta, il prezzo del no smette di essere sociale e diventa esistenziale. Un uomo senza compagna, senza strada e senza rete, con un'unica casa dove andare il fine settimana, non si gioca quella casa per una mano su una coscia. Quella non è debolezza di carattere: è un calcolo. E da sopra la consuma l'ipomania, e allora uno non decide di superare la riga che aveva tracciato: smette di vedere di averla tracciata. Io sono stato tutte e due le figure, e nell'anno che sto raccontando mi è toccata prima quella di sotto e qualche mese dopo quella di sopra. E c'è una metà da cui nessuna spiegazione mi libera: lei non leggeva nel pensiero. Un no

detto con la bocca avrebbe cambiato quella situazione, e io non l'ho detto. Quell'omissione è mia. Piccola e vera.

Quel fine settimana fuori, ormai a ridosso della primavera, lo racconto per intero, perché ha avuto molto più di buono che di brutto. È andato bene: abbiamo mangiato da dio, abbiamo girato il paese e siamo stati come stavamo da mesi, da coppia strana e platonica. Ci siamo infilati nudi in una vasca idromassaggio piuttosto kitsch e a me è sembrato bellissimo: nessuno mi ha forzato e non ho niente da rimproverarle. E c'è un'altra cosa che va detta ad alta voce: Nuria mi stava tirando su da terra un'autostima che stava per terra. Mi vedeva bello, con un corpo di cui io mi vergognavo; Nerea mi aveva rinfacciato che stavo ingrassando, senza sapere che cosa facciano a un corpo il cortisolo e i farmaci, e Nuria mi accettava così com'ero e per giunta le piacevo così com'ero. Sarebbe ingiusto non scriverlo. L'altra cosa è stata diversa. Si è impuntata perché facessimo una di quelle cose della mia vita precedente, di quelle che io avevo lasciato, e voleva che gliela facessi io, e ha continuato a chiedermelo dopo avermi sentito dire di no, e l'ho detto diverse volte, finché non ho detto di sì. Lì un no c'è stato. Detto, esplicito e ripetuto. E c'è stata un'insistenza che non si è fermata a quel no, ma è andata avanti finché non ho ceduto, e non ho ceduto su una sciocchezza: ho ceduto esattamente nel punto che io avevo indicato come mio. L'ho fatto contro voglia, per puro logoramento, e da lì sono uscito con la sensazione di aver tradito me stesso. Non ci metto un'etichetta giuridica e non le attribuisco un'intenzione, perché non credo che volesse obbligarmi a niente. Il fatto è che a me l'insistenza disarmava: finisco per cedere perché quella roba si fermi, e quello che poi si porta addosso quello che ha ceduto sono io. Quel sì gliel'ha strappato la stanchezza e non il desiderio, ed è per questo che è servito al contrario di quello che lei cercava: lì Nuria ha capito che io non l'avrei amata mai in quel modo.

E c'è stata un'altra cosa che mi ha chiesto con la stessa insistenza, e va in un paragrafo a parte perché non ha a che vedere con quello di prima né con niente di quello che lei faceva per guadagnarsi da vivere. Mi ha chiesto di partecipare a una cosa che avrebbe significato istigarmi a commettere un reato. Non dico quale, perché non serve. Me l'ha chiesto senza giri di parole, come si chiede un favore tra vicini, e lì sì che mi sono rifiutato di netto, e le ho spiegato perché: perché mi ficcava a testa avanti in un casino da cui poi non avrei saputo uscire, e casini con la giustizia ne avevo già a sufficienza. Quello che mi ha spiazzato è stata un'altra cosa: rendermi conto che la porta che avevo aperto io perché lei si

facesse degli amici era diventata qualcosa di diverso, e che io, senza averci parte né arte, potevo finire a dare spiegazioni per una faccenda che non avevo messo in moto io. Lì la fiducia mi si è erosa. Lo schema si ripete in tutti e tre i casi: io metto il limite, lei spinge, e spinge, e spinge. E quando si è costruito il racconto di chi aveva fatto che cosa, la versione sopravvissuta è stata la sua. Io sono diventato il predatore e lei la vittima. Da tutte le versioni sono spariti il mio rifiuto di quel fine settimana e anche le mie cessioni, e sono rimasto senza il limite rispettato e per giunta con l'etichetta addosso.

Detto questo, devo spezzare una lancia in suo favore. Quell'inverno ho rivisto mia figlia dopo otto anni e mezzo, e Nuria mi ha incoraggiato moltissimo. Ci si è buttata anima e corpo. Io, in pieno entusiasmo, sono arrivato a proporle di venire a conoscerla, ed è stata lei a fermarmi con buon senso: che non era né il momento né il posto. Si è messa dalla mia parte in quella faccenda, e per mesi anche in quella di Marta, che non era poco. Quello che invece non mi torna è venuto dopo: un giorno ha rigirato il racconto per intero ed è passata a guardarmi come se io fossi stato un mostro dentro quella casa, storcendo cose che fino ad allora le erano sembrate evidenti, e per giunta è arrivata a dirmi che le avevo venduto un film. Quello che le avevo raccontato era la versione guasta che avevo io a quel tempo, e questo libro tratta Marta con molta più comprensione di quella che ho avuto su quel divano.

Insomma, e senza trucchi: né angelo salvatore né mostro. Nuria mi ha fatto molto bene prima e molto male dopo. Per mettere in ordine quella roba uso la regola che devo a Jordi e che attraversa tutto il libro: persone buone e persone cattive non ce ne sono; ci sono azioni buone e azioni cattive. E nella mia colonna tocca scrivere questa: anni più tardi, ormai in pieno sfacelo, ho registrato dei video in cui ho raccontato di lei cose false che la mettono in un posto che non è il suo. Da parte sua non c'è mai stata l'intenzione di farmi un danno di quel genere. Lei voleva me e basta. E io ero talmente rotto che finivo per fare con lei cose che non mi andava di fare, e non per mancanza d'affetto, che affetto gliene ho voluto a palate, ma perché non la guardavo in quel modo e non l'avevo mai guardata così. Lì c'è tutto. Che mi sia diventata pesante è vero e non lo ritiro. L'altra cosa, quella che ho sparato quando stavo peggio, non sta in piedi: ci sono parole troppo pesanti per lasciarle cadere addosso a qualcuno, e io so bene quanto pesano, che me ne sono cadute parecchie senza che dietro ci fosse nessuna volontà.

Capitolo 39 • Il podcast

C'è una puntata del podcast che ho ascoltato una volta sola e che non ho più rimesso. È la terza, l'ultima che ho montato, e l'ho montata come le due precedenti: nel cuore della notte, nel salotto di mia madre, con le cuffie addosso per non svegliare nessuno, ripulendo i silenzi scomodi, pareggiando le voci, tagliando le risate che si sovrapponevano l'una all'altra e mettendo all'inizio la sigla che avevo composto io stesso con un programma gratuito. L'ho caricata, e quattordici giorni più tardi ero fuori.

Ma prima di raccontare come mi hanno cacciato bisogna raccontare che cos'era quella roba, perché visto da fuori un programma di tre amici che parlano di cinema sembra una sciocchezza da dopopranzo e per me non lo è stata. Il progetto è nato nell'anno tranquillo, su un divano, tra serie e saghe: divulgazione sul cinema, di quella in cui ci si siede in tre davanti a un microfono a spiegare perché un film è quello che è. L'idea non è stata mia e la devo a quelli che l'hanno avuta. Gli altri due ci mettevano la voce e le idee; io ci mettevo quello che so fare, cioè il suono, il montaggio, la musica e la parte tecnica del caricare le cose dove vanno caricate. Senza essere pagati, ovviamente: lì non veniva pagato nessuno. Sono stati mesi di lavoro, di riunioni, di notti davanti alla traccia audio e di conversazioni lunghissime, e quello ha dato a un tizio che erano due anni che non metteva piede in strada esattamente quello che gli mancava: una routine e un posto. Un posto dove quello che io sapevo fare serviva a qualcosa. E non è nato per interesse di nessuno: è nato perché ci andava di stare vicini e perché ci divertivamo, che è il motivo per cui la gente fa le cose normali. Quando sono arrivate le registrazioni, quell'estate, io stavo già andando a testa avanti verso la caduta che racconto nel capitolo successivo, e ci siamo seduti davanti ai microfoni un mese dopo la peggior litigata della mia vita, in un programma che sulla carta doveva riconciliarci. Sulla carta. In quelle settimane montare è stato, senza esagerare, l'unica cosa che mi teneva in piedi: l'unica cosa della mia vita che restituiva risultati se ci mettevo delle ore. Hanno tolto anche quella.

Come mi hanno cacciato si racconta in fretta, perché non c'è stato niente da raccontare. Né una conversazione, né una telefonata, né un messaggio che dicesse fin qui siamo arrivati. L'hanno deciso gli altri due, e come siano arrivati a quella decisione è affar loro e io non lo so. Nell'archivio di quel mese non resta una riga: né la conversazione in cui si è deciso, né l'istante in cui l'ho saputo, né quello che ho detto io quel giorno. Resta la scia, e la scia dura mesi. Qualche settimana dopo scrivo a mia sorella che sono giù di corda perché il programma è andato avanti senza di me, e io lo guardavo dal marciapiede come si guarda una casa in cui si è abitato. Un po' più avanti, in mezzo a una discussione, mi scappa l'unica frase che dice come lo stessi vivendo dentro: che non so che cosa abbia visto lei né che cosa abbia combinato io in quel mese. E la risposta parte dando per scontata una cosa che io non sapevo si desse per scontata: che quella roba non riguardava solo quel mese. Ormai in autunno, con tutto il resto addosso, lo riassumo a mia sorella in una domanda a cui continuo a non saper rispondere: se davvero, sul serio, sia stato tutto per un cazzo di podcast. E d'inverno la cancellazione smette di essere una mia interpretazione e diventa una frase con un soggetto e un verbo: che sono bloccato sull'account del programma.

Perché non si sono fermati al cacciarmi. Le puntate in cui c'ero io sono state cancellate, e sono state registrate di nuovo esattamente con gli stessi argomenti, senza di me, e ripubblicate come se la versione precedente non fosse mai esistita. E questo, da storico frustrato quale sono, lo riconosco al primo colpo: nella Roma imperiale si usava cancellare dai registri l'imperatore caduto in disgrazia, scalpellargli il nome dalle iscrizioni, fondere le sue statue e gettarne il corpo nel Tevere perché non restasse memoria della sua esistenza. *Damnatio memoriae*, la chiamano i libri. A me hanno cancellato il lavoro come se non l'avessi mai fatto. Con un dettaglio che alla faccenda toglie perfino la grandezza: il programma ha continuato a uscire con la mia sigla dentro e senza il mio nome.

E a quella roba bisogna dare il nome esatto, che non è ipocrisia, perché con l'ipocrisia non si spiega quasi niente. Si chiama stigma di cortesia, e l'ha descritto Goffman sessant'anni fa nel libro in cui è descritto quasi tutto quello che compare in questo capitolo: lo stigma si contagia. Chi cammina accanto al marchiato riceve una porzione del marchio, e la riceve per il solo fatto di restare lì, senza aver fatto niente. Questo ha una conseguenza che non è da gente cattiva, ma da gente comune: difendere chi è stato additato costa caro. Costa reputazione, costa amici, costa il fatto che ti guardino con la stessa faccia di prima. E in una comunità piccola come quella, dove tutti si conoscono con due intermediari

in mezzo e dove esistono reti di donne la cui funzione è avvisare sugli uomini pericolosi, reti che servono e che salvano davvero delle donne, mettersi accanto a un uomo su cui è circolato un avviso vuol dire finire nella lista. Per questo non è sceso nessuno a raccogliermi quando sono caduto. Non perché fossero crudeli, ma perché restare con me nel programma, con il mio nome nei titoli e la mia musica nella sigla, voleva dire portarsi addosso il mio marchio. E quella roba si fa senza deciderlo, in pezzettini che vanno da soli: non è un'espulsione, è che il progetto ha preso un'altra direzione; la responsabilità si divide tra due finché non è di nessuno; e soprattutto l'altro viene ricollocato in una categoria a cui la cura non si applica più. Nel racconto di quell'estate io avevo smesso di essere una persona: ero una faccenda. Alle faccende non si chiede come stanno; si risolvono. E quello che fa funzionare il meccanismo così bene è che da dentro non si nota niente, né allora né adesso. C'è stata gente di quella comunità che l'ha visto dall'interno e me l'ha detto, ma me l'ha detto più tardi, quando ormai dirlo non costava niente, che è esattamente quello che lo stigma di cortesia prevede.

E manca la seconda parte. In salute mentale la chiamano doppia vittimizzazione, e descrive una cosa molto precisa: a chi ha un disturbo non basta la malattia, perché per giunta gli arriva un secondo colpo, quello che gli danno gli altri per averla avuta. Il primo è tuo e non l'hai scelto: l'episodio, quello che fa la tua testa, quello che dici senza riuscire a frenarti. Il secondo te lo danno: metterti da parte, cancellarti, toglierti il saluto, trattarti come un problema invece che come un malato. E la differenza tra i due regge questo libro intero: del primo io non ero responsabile; del secondo loro sì. Avere un episodio non lo sceglie nessuno. Cancellarmi l'hanno scelto tutti quelli che mi hanno cancellato. E non lo scrivo per presentare il conto. Lo scrivo perché un lettore con la mia diagnosi potrebbe chiudere questo libro credendo che quello che gli fanno quando lo mettono da parte se lo sia meritato lui. Non se l'è meritato.

E lo so già che cosa si può pensare, perché è quello che penserebbe Marta, che cerca sempre per prima cosa la ragione dell'altro: che nemmeno loro sapevano. È vero, e glielo sottoscrivo come lo sottoscrivo a lei. Però c'è una sfumatura che nel suo caso pesa in modo diverso, ed è l'unico rimprovero che mi permetterò. Marta non sapeva niente perché non gliel'aveva detto nessuno: in quattordici anni io non sono stato capace di dirle il nome di quello che ho, e il poco che le ho detto gliel'ho detto con il nome vecchio. A loro l'ho detto. Conoscevano i miei ricoveri, conoscevano la faccenda delle cinghie, conoscevano la mia

storia intera perché gliel'avevo raccontata io su quel divano. E quando quell'autunno io ero a pezzi, la risposta che mi è arrivata per iscritto è stata che io dicevo di essere bipolare per deresponsabilizzarmi. Quello non è non sapere. Quello è saperlo e rigirarlo. L'ignoranza non annulla l'effetto, ma annulla il rimprovero, e loro l'ignoranza non ce l'avevano dalla loro.

E perché si veda dove atterrava il secondo colpo bisogna spiegare com'era messa la strada a quel tempo. L'agorafobia non compare di colpo; si installa come si installano le cose che vengono per restare: prima è una preferenza, poi un'abitudine, poi una necessità e alla fine un'impossibilità. La preferenza di restare a casa mi si è formata negli anni delle sessioni con Marta, quando il mondo intero stava dentro un appartamento e la casa era l'unico posto senza variabili. L'abitudine si è installata con la pandemia, che è arrivata proprio quando la preferenza era matura, e io ho pensato con un sollievo che non ho avuto il coraggio di dire ad alta voce: non sono io, è il mondo che è venuto dove io stavo già. I ricoveri l'hanno aggravata, perché ogni ritorno a casa da un reparto spingeva la strada un po' più lontano, e uscire è passato a significare la possibilità di incrociare qualcuno che mi riconoscesse. La necessità è arrivata per mano delle denunce, e per l'anno del programma ormai comandava su tutto: scendere al portone era una spedizione, e il corpo si portava addosso tutti quegli anni. A quell'uomo, che usciva di casa per poco più che per andare a registrare con loro, hanno tolto la registrazione.

E il fatto che quella cancellazione mi sia durata tre anni e non tre settimane ha un nome tecnico che spiego dove tocca: una perdita senza corpo, senza carta, senza atto e senza data non ha dove posarsi, così resta a girare finché non trova una scena simile su cui atterrare. Il programma ha continuato a uscire. Con la mia musica e senza il mio nome. Quella è una perdita senza cadavere, ed è per questo che non si è chiusa. A un cervello che a quel tempo era quasi un anno che nessuno gli toccava la terapia, quella roba non passa: gli resta accesa. E che nessuno avesse il dovere di conservarmi dentro un progetto che non era mio e che si chiamava come si è voluto chiamare non l'ho mai messo in discussione, e non ho intenzione di metterlo in discussione qui. L'effetto non dipendeva dal dovere.

Capitolo 40 · Il giorno in cui è cominciato

Quella mattina di primavera ho disposto l'ultimo bonifico. A metà mattina lo schermo mi ha restituito uno zero: quattro anni della mia vita per pagare il fumo di un anno di mania. Io mi aspettavo di sentire qualcosa, e non è arrivato niente. Né sollievo, né soddisfazione, né la chiusura che mi stavo immaginando da quando avevo cominciato a pagare. Uno zero secco e basta.

Due ore più tardi il postino mi ha portato, per raccomandata, l'atto della parte civile, quello di Marta, nel procedimento degli audio. Chiedevano per me anni di carcere. Ho letto la richiesta. Mi sono staccato dal computer, sono andato in cucina, ho bevuto un bicchiere d'acqua, sono tornato e l'ho riletta. Diceva la stessa cosa. Ho preso un ansiolitico e dietro un altro, per sicurezza. Ho pensato a mia figlia, e alla donna che sarebbe stata quando io fossi uscito. E allora lo zero si è trasformato in un'altra cosa: il giorno in cui finivo di pagare quello che economicamente mi era costata una vita con Marta era il giorno in cui Marta chiedeva che mi rinchiudessero. Di quel giovedì l'archivio conserva qualche messaggio con mia madre, e a fine serata quattro miei di cui resta solo il segno di averli scritti e cancellati.

Quella sera sono uscito a bere qualcosa con Chapa in giro per il paese. Chapa ha il suo capitolo; con lui il bere ha smesso di essere una faccenda clandestina ed è diventato routine. Abbiamo bevuto. E poi ancora. Della forma che ha avuto quel mese intero dà conto l'archivio di mia madre: che ormai sono a quattro lattine e che come fa il mio stomaco a reggerle. Eccola lì, in quelle settimane, ad amministrare centesimi, a contarmi le lattine e a chiedermi se volevo una frittata.

Nel cuore della notte, con il cervello ubriaco e morto di paura, ho aperto la chat di Nuria e le ho scaricato addosso tutto quello che mi stavo ingoiando da mesi. Non è stata una cosa: è stata una frana. Il risentimento che avevano lasciato i mesi di logoramento, la stanchezza di sentirmi tutelato, il rifiuto che non avevo mai saputo mettere in parole civili. È stato brutale. In una parte è stato ingiusto. In un'altra parte era vero. E quello che ci andava sotto è già raccontato:

un anno a dire di no e a verificare che dirlo non serviva a niente, e più sotto ancora quello che non le ho mai detto, che non la desideravo, perché quell'uomo non aveva con che dirglielo in faccia.

E adesso la frase per cui esiste questo capitolo: quello non è stato un ubriaco. Con la busta sul tavolo, quello stesso giorno, io sono entrato in mania. Non dopo qualche giorno né dopo una settimana: quel giorno. Così entra questa roba, senza salita e senza preavviso, ed è per questo che chi la guarda da fuori non ci crede. L'alcol era lì e il terrore era lì, e nessuno dei due spiega quello che è uscito quella notte: lo spiega la fase che si era messa in moto la mattina, con l'atto in mano. Quei messaggi sono stati il primo atto di un episodio, non l'ultimo di un'amicizia. Ed è lì la trappola: visto da fuori, il primo atto di una mania è identico a un tizio che ha bevuto troppo e dice quello che pensa. Si somigliano talmente che non l'ho distinto nemmeno io.

Nuria li ha letti appena sveglia. E il mondo ha cambiato posto. E io li ho cancellati. Li ho cancellati tutti e ho cancellato la chat intera. Immagino sia stata vergogna, e anche il fatto che sapevo che cosa ne sarebbe stato, perché Nuria conserva tutto, cattura tutto e inoltra tutto, e senza screenshot non restava niente da far vedere a nessuno. Quella cosa, me l'ha detto lei stessa, l'ha fatta infuriare ancora più dei messaggi. Ed è qui la chiave di tutto quello che è venuto dietro: quello che è rimasto registrato è stata l'esplosione. Non i mesi precedenti, non il logoramento, non le volte in cui ho detto di no, non la busta con dentro gli anni di carcere. L'esplosione e basta. E l'esplosione da sola, senza niente intorno, somiglia esattissimamente a quello che Nuria dice che sia stata. Con intorno il resto è un'altra cosa: un malato sfinito che mette un limite nel peggior modo immaginabile, perché non sapeva come chiudere una cosa che non sapeva chiudere. Tutte e due le descrizioni sono vere a metà. Ne è circolata una.

Ci ha messo tre giorni a rispondere, e quando l'ha fatto non ha risposto a me: ha scritto nella chat che avevamo tutti e tre, con Raquel davanti. Interi paragrafi in maiuscolo, e in nessuno di quelli una riga su quello che aveva fatto lei: né quel fine settimana, né l'insistenza, né quello che mi aveva chiesto. Ero tutto io. E io ho chiesto scusa, e l'ho chiesto di nuovo, e l'ho chiesto un'altra volta, perché per quei messaggi bisognava chiederlo, che sono stati miei e sono stati brutali. Il fatto è che ogni volta che per giunta provavo a spiegare qualcosa (è successo anche questo, questo l'hai fatto tu) il clima peggiorava all'istante. L'unica cosa che funzionava era abbassare la testa. Due mesi così. Raquel è entrata come mediatrice ed è andata derivando verso dove deriva quasi tutti in un con-

flitto altrui: verso il lato di chi le è risultato più credibile. Ha concluso che io mentivo, e dal suo posto era una conclusione ragionevole, perché i miei ricordi di quegli anni erano pessimi, erano bucati e non coincidevano con quello che le raccontavano gli altri. Lei non ha visto un malato con la memoria rotta: ha visto un tizio a cui non tornavano le versioni. E al bugiardo non si pesa più quello che dice. E con tutto quello addosso, tre settimane dopo quella notte, io raccontavo a mia sorella che stavo cercando casa. Con Nuria. La parola non era ancora stata messa. È stata messa in autunno, e dall'autunno in poi tutto il precedente è stato riletto al contrario. E un mese dopo le urla ci sedevamo di nuovo davanti ai microfoni a registrare il programma.

E mentre quella roba scoppiava, la madre di mia figlia mi scriveva da lontano che loro c'erano, anche per me, e non mi è arrivata nel punto in cui serviva, perché quel punto era occupato da una chat e da due persone che decidevano che razza di uomo fossi io. È la prima cosa che fa un linciaggio: non ti toglie la gente. Ti toglie la capacità di vederla.

Passata l'estate ho smesso di esistere in quel mondo, e per raccontare come sia scoppiato del tutto bisogna cominciare da quello che ho fatto io, perché l'ho fatto io per primo. In autunno, appena entrato nella casa nuova e con una stabilità che mi è durata quello che mi è durata, ho pubblicato nella comunità di tutte e due un testo sulla famiglia scelta: la casa nuova, la gente che entra, la gente che se ne va, e quello che io non avevo intenzione di tollerare di nuovo dentro la mia porta. Senza un nome, senza un insulto e con delle destinatarie, appeso esattamente dove l'avrebbe letto tutto il loro mondo. In terza persona e in tono di ringraziamento, che è il modo più pulito che esista di accusare qualcuno davanti ai suoi senza che ti si possa rimproverare una parola.

La risposta è arrivata all'istante, e di quella conversazione sopravvivono tre minuti, perché lei ha cancellato la chat e io, in piena litigata, le avevo detto che ce l'avevo esportata, e si è scoperto che era vero. Di dodici anni con Nuria conservo diciotto messaggi. Vanno così, uno dietro l'altro e senza una mia parola in mezzo, perché è l'unica cosa che resta di dodici anni e perché letti tutti d'un fiato durano quanto è durata quella roba.

—Ho la chat esportata.

—Questa è l'ultima cosa che leggerai di me in vita tua.

E allora le ho mandato il link di uno di quei siti che fabbricano conversazioni false, che è una crudeltà sottile e che non ha episodio che la copra del tutto: non

le stavo annunciando che avevo delle prove, le stavo annunciando che potevo fabbricarmele.

—Non mi stupisce che Marta ti voglia in carcere.

—Sei un'ossessa del controllo.

—Ti meriti tutto quello che ti cadrà addosso.

E poi, da sola in un messaggio, ha ripetuto l'ultima parola. Addosso. E io ho chiuso dodici anni con una frase di cui oggi non so se sia stata sincera o se sia stata l'ultimo colpo avvolto in una benedizione.

—Spero che un giorno tu trovi il perdono di cui hai tanto bisogno.

Quello che veniva prima, le maiuscole, il ti odio, l'augurio di morte, sta nella parte cancellata, e lo sostengo con quello che ho scritto a mia sorella il giorno dopo. E l'ha detto a un uomo che aveva in casa un atto che chiedeva anni di carcere, settimane senza dormire e una richiesta di ricovero coatto depositata in tribunale, sapendolo malato, perché gliel'aveva raccontato lui stesso. Lei mi ha ridotto a un condannato che si merita la sua condanna; io l'ho ridotta a una maniacca del controllo. Nessuno dei due stava descrivendo nessuno: ci stavamo difendendo tutti e due. E quando di dodici anni sopravvive solo il momento peggiore, quel momento diventa la relazione intera. Non lo è stata. Il fatto è che il buono non l'ha esportato nessuno.

E poi è arrivata la parola. Mi cacciavano dai gruppi senza dirmi perché. Donne che non conoscevo affatto mi rispondevano nei miei stessi thread che me l'ero cercata, che ero un molestatore e un drogato, e io leggevo quella roba senza capire da dove uscisse tanta rabbia verso uno sconosciuto. La campagna l'ho vista intera molto più tardi, e me l'ha raccontata gente di lì che l'aveva vista da dentro: che l'avviso su di me è passato di gruppo in gruppo, soprattutto per gli spazi di donne che esistono per avvisare degli uomini pericolosi; che la mia diagnosi viaggiava dentro l'avviso come una prova in più; e che in quell'ambiente si era detto ad alta voce che io ero pericoloso, con un dettaglio che ha il suo posto più avanti. E mi conoscevano da anni, da letto, da cucina e da divano.

Quello che andava infilato nell'avviso era la mia diagnosi: bipolare, un dato medico, la cosa più intima che ha una persona, messa nell'argomentario come se fosse una prova a carico. Lo stereotipo non c'è stato nemmeno bisogno di fabbricarlo, perché in una di quelle registrazioni, con me seduto lì davanti, si era detto come chi elenca un'ovvietà che bisogna stare attenti perché in giro c'è un sacco di gente disturbata e un sacco di predatori, le due parole usate come si-

nonimi, a un tavolo dove l'unico con una diagnosi ero io. Ed ecco quello che dicono i numeri: uno studio su più di trentamila persone ha trovato che la malattia mentale grave, da sola, non predice la violenza; e un altro ha trovato che più di un quarto degli adulti con disturbi come il mio era stato vittima di un reato violento nell'ultimo anno, undici volte più della popolazione generale. Non è del malato che bisogna avere paura. È del malato che ce l'hanno. Le reti di allerta servono; quello che non hanno è un modo per separare un uomo pericoloso da un uomo in pieno episodio, e io sono caduto dal lato sbagliato di quella rete. Questo è un linciaggio digitale: una cornice da cui non c'è modo di uscire dall'interno, perché qualunque difesa si legge come la reazione di chi conferma lo schema.

Dell'ordine è l'unica cosa che chiedo al lettore di ricordarsi. Tutto quello che ho appena raccontato è successo prima che io registrassi il primo video. Quando quell'inverno mi sono chiuso in una stanza d'albergo con la telecamera del portatile davanti, avevo già addosso due mesi di rimproveri in cui chiedere scusa non bastava, un'espulsione, una cancellazione, un'intera comunità avvisata su di me, un ti odio e un augurio di morte, e la mia malattia trasformata nella prova che io ero pericoloso. Di quell'inverno si è vista l'ultima cosa che ho fatto io. Mai la prima che mi hanno fatto.

Capitolo 41 • L'appartamento

In quell'estate ho imparato che cos'è la solitudine vera. Non quella del fine settimana senza programmi: l'altra, quella strutturale, quella che compare quando il mondo che uno si è andato costruendo intorno crolla tutto insieme e per intero. Dal programma mi avevano cacciato qualche settimana prima, con l'atto che chiedeva anni di carcere sul tavolo, e questo è già raccontato. Inés, di cui parlo nel capitolo successivo, era in viaggio dall'altra parte del mondo e rispondeva sempre meno. Raquel non rispondeva proprio. E Nuria aveva smesso di esistere per me, anche se la sua assenza era di quelle attive: io sapevo che da qualche parte si stava parlando di me. A portata di mano non mi restava nessuno a parte Chapa, e quello che avevamo io e Chapa era vedersi a bere al parco del paese.

E con tutto ciò, quel mese non è stato deserto per intero. Quell'estate ho conosciuto Iván, parecchio più giovane di me, e abbiamo fatto scintille alla prima birra perché siamo tutti e due dei malati di storia. Dopo pochi giorni gli ho scritto che avrei provato a uscire appena mi fossi sentito meglio, e ventitré minuti più tardi, scusandomi per quella che in realtà era la mia malattia che parlava, gli ho detto che mi dispiaceva, bello, che mi facevo troppi film su tutto, che ero nella merda. Settimane dopo, dopo un'altra notte passata a raccontargli i fatti miei, la mattina seguente gli ho mandato il messaggio di sempre, che mi dispiaceva di averlo sfiancato con le mie stronzate, e mi ha risposto dopo cinque minuti con una sola riga: che non mi ero sfiancato nessuno, che semplicemente avevo detto come mi sentivo. Io era mezza vita che chiedevo scusa per aver parlato, e quella stessa estate mi avevano cacciato da un posto per aver parlato troppo. E quella riga non l'ha scritta nessun terapeuta.

In direzione contraria è comparsa Rocío. L'ho vista collegata su una di quelle applicazioni e le ho scritto alla disperata, per vedere se riuscivo a tirare un po' di calore da qualcuno che mi aveva voluto bene, e mi sono arrivate tre righe: che io ero stato nefasto per la sua vita e che non le riscrivessi mai più. I fatti non li discuto, che stanno nel suo capitolo; discuto il formato, perché trasformava i sintomi in decisioni consapevoli di fare del male. Il fatto è che avere bisogno

che qualcuno abbia scelto di farti del male si sopporta meglio che accettare che il male è uscito da un cervello incapace di scegliere altro. Alla mia psichiatra di allora non ho chiesto aiuto quell'estate, né quella né mai: con lei la modalità urgenza non esisteva, e io lo sapevo benissimo.

Per capire perché ho affittato quell'appartamento bisogna dire dove dormivo io, cioè nella branda del salotto di mia madre, e che cosa stavo facendo, cioè cercare di regolarsi con il peggior metodo disponibile: sono tornato alle droghe. Una notte di inizio autunno sono stramazzato per il GHB sul pavimento di quel salotto. Risulta nella mia cartella clinica perché l'ho raccontato in visita due settimane dopo: mia madre mi ha visto convulsionare, ha chiamato mia sorella, che viveva a due passi, e ha chiamato il numero unico per le emergenze, e quando ho aperto gli occhi avevo davanti due sanitari e dietro mia madre e Sonia con una faccia che non ho più visto a nessun altro. Mi hanno detto che bisognava andare al pronto soccorso e ho detto di no. L'ho detto con una paura da animale, perché avevo aperto gli occhi circondato da camici troppe volte e troppe volte quella scena finiva con me chiuso per settimane in un reparto, legato in qualcuna di quelle. Il mio corpo non sapeva più distinguere tra salvarti e portarti via. Contro ogni pronostico mi hanno lasciato a casa, e sono stato fortunato. Dopo due settimane me ne sono andato. Non c'è stata nessuna porta sbattuta: c'è stata una madre sfinita che non era più disposta a farsi drogare il figlio in casa, e la ragione era tutta sua. Sonia ha guardato appartamenti insieme a me, con i conti fatti, e mi ha lasciato per iscritto che quello che doveva andare bene stava in me e non nel posto. L'appartamento l'ho affittato lo stesso. Due stanze. E non è andata bene.

Chapa l'avevo conosciuto l'inverno prima in un parco del paese, quando si è avvicinato a chiedermi una sigaretta. Eravamo tutti e due dei solitari della stessa specie. E alla fine di quell'estate gli sono passati sopra certi debiti ed è finito conciato male. Mi ha chiamato qualcuno del suo giro, perché non sapeva chi altro chiamare, e io mi sono piantato in ospedale. Quando si è svegliato e mi ha visto accanto al letto ha detto che lo sapeva lui che sarei venuto. Gli ho detto ovvio. Che non era mica obbligato, ha detto lui. E io, che lo sapevo già.

Così i due bisogni, il suo e il mio, si sono uniti in quell'appartamento. Mi sono portato Chapa con i segni ancora aperti, e con Chapa è arrivata la sua ragazza, che nemmeno lei sapeva dove ficcarsi, e con lei una sua amica. E prima di raccontare in che cosa si è trasformata quella casa bisogna raccontare quello che è stata anche. Chapa suona la chitarra, e la suona bene. Un sacco di notti di

quell'inverno restavamo alzati tutti e tre fino alle ore piccole, lui con la chitarra e noi due a scrivere testi sui quaderni e a cantarli a mezza voce per non svegliare il vicinato. Lei è molto intelligente, matura per forza, e disegna in un modo che mi lasciava zitto. Quelle notti sono tra le poche cose di quell'anno che salverei intere. Siamo arrivati a volerci molto bene. Continuano a volermene, e io a loro, anche se glielo voglio da lontano.

Il problema è che insieme ci potenziavamo il peggio. In quella casa si consumava, e non come un episodio ma come una presenza: l'odore entrato nei muri e l'economia d'emergenza di chi ha bisogno della dose successiva più di qualunque altra cosa al mondo. Gente che saliva a casa mia alle tre del mattino, spacciatori seduti nel mio salotto senza che li avesse invitati nessuno, litigate finite a botte tra Chapa e tizi che avevano portato loro stessi. E io dall'altra parte del muro, con le cuffie addosso e il gestionale del lavoro aperto sullo schermo. Un uomo con l'agorafobia incapace di scendere a prendere il pane mandava Chapa o la sua ragazza, e pagava con il suo stipendio quello che si consumava in quella casa mentre affondava. Mesi più tardi mia sorella me l'avrebbe detto senza anestesia: che io non ero in condizione di discernere niente, che il mio presunto migliore amico si stava approfittando esattamente di quello, e che chi mi voleva bene cercava di agghiottire acqua senza nessuna possibilità. Le ho risposto quello che si risponde in pieno episodio, cioè difendendo chi ti sta affondando: che sarebbe rimasto a casa mia tutto il tempo che gli serviva.

Da quell'appartamento passava anche Iván, come ci passavano tutti, e non ha mai toccato niente. E ci passava Rubén, amico di mezza vita, che oggi, per quanto gli voglia bene, è criptonite. Non era una questione di quanto bene mi volessero. Era una questione di come vivevano.

E di quel conto tocca fare la lista, che è corta da tutte e due le parti. Jordi ci sta da vent'anni. Nell'inverno della valigia anche lui si è fatto da parte, per un anno intero, ed è tornato senza chiedere spiegazioni e senza darne: non capiva quello che mi stava succedendo perché quella roba non aveva un nome, e da quando ha imparato a separare la malattia dalla persona non si è mosso di lì. È in terapia da adolescente, non tocca una sostanza, e le telefonate del martedì pomeriggio sono un rito che nessuno dei due è mai arrivato a dichiarare. E c'è Mireia, che viene dall'università e da una storia di facoltà che si è spenta da sola e ha lasciato dietro di sé un'amicizia migliore. Quando le ho raccontato del procedimento ha preso appunti e mi ha chiesto se avevo referti psichiatrici degli episodi, se erano datati e se coincidevano con i fatti. Un pomeriggio al parco gran-

de le ho chiesto perché c'era sempre stata, e mi ha risposto che lei mi conosceva da prima di tutto questo, che i referti e i processi erano quello che mi era successo e non quello che io ero, e che quelli che se ne sono andati hanno confuso queste due cose.

Anche quelli che se ne sono andati hanno un nome. Elvira, un'amica di dieci anni, mi ha bloccato nell'inverno della valigia per un disappunto, uno solo, e non ha più risposto, conoscendo la diagnosi per filo e per segno. Dieci anni e una malattia diagnosticata bastano e avanzano per una conversazione di venti minuti. E Quim, un amico di sempre, del paese, con cui mi sono fatto migliaia di ore a filosofare fino a tardi, si è staccato poco a poco, che è la norma, e me l'ha spiegato dandomi la colpa, che è la crudeltà: i miei atteggiamenti, il mio modo di essere. Ho provato a spiegarglielo e mi ha liquidato con tre parole: prenditi il litio. Io il litio me lo prendevo, mattina e sera, da quando quella roba aveva avuto un nome. Quello che mi stava dicendo non era prenditi la pastiglia. Era la tua esistenza mi dà fastidio e la colpa che me ne dia è tua. E poi ci sono quelli che non hanno nemmeno una frase: tutti gli amici che avevo in comune con Nuria, in blocco e nello stesso tratto, gente che non stava in quel mondo e che non ha visto niente di niente. Gli scrivo un messaggio normale, quanto tempo. E il messaggio resta letto, e dietro il silenzio.

Quella roba ha un nome, e trovarlo mi ha dato sollievo: ostracismo, l'esclusione senza aggressione e senza spiegazioni. Nelle fasi lunghe non produce rabbia, produce spegnimento, e il danno si moltiplica quando uno non sa perché, perché senza motivo non c'è niente da correggere, e uno si passa gli anni a preparare la difesa di un processo che non si celebrerà mai.

Ed è così che si è montato quell'appartamento. Io avevo amici di due decenni e non ne ho chiamato nessuno quando Nuria e Raquel se ne sono andate, e non perché li scartassi, ma perché non comparivano sullo schermo. E in quel vuoto gli unici che bussano alla porta sono quelli che nemmeno loro hanno una porta, perché un uomo solo con un appartamento e uno stipendio è, per chi non ha né l'uno né l'altro, una porta. Aprirla a chiunque arrivi a pezzi, senza fermarsi a guardare se uno è in condizione di reggere qualcuno, non è bontà, o non è solo bontà: è tappare un buco proprio con la gente. Me l'hanno descritto in questi anni come un tizio che usa la gente, e un tizio che usa la gente non apre la porta a un altro che hanno appena mollato fuori fatto a pezzi, tre mesi prima di rompersi lui del tutto.

Capitolo 42 • Sette parole

Raquel se n'è andata per iscritto, in quattro giorni, alla fine di quell'estate, e ha cominciato una mattina infrasettimanale, in mezzo a una riunione di lavoro. Mi ha scritto che non arrivava con l'intenzione di litigare, ma per l'affetto che c'era stato tra noi. Ho risposto dalla riunione che certo, che mi desse un attimo, che nemmeno io volevo litigare. Quella mattina lei mi ha mandato diversi audio, e io le ho chiesto diverse volte di parlare a voce. Non c'è stata nessuna telefonata. Mi chiedeva di cancellare qualunque materiale intimo nostro, e io non avevo niente: l'avevo cancellato mesi prima perché vederlo mi distruggeva. Gliel'ho detto, e da lì è uscita l'unica cosa di quella mattina che si può mettere in fila.

—Non ho niente. L'ho cancellato mesi fa.

—Cazzo, bello, non ti credo.

Mezz'ora trattato da ricattatore, e alla fine mi è uscita la frase secca del tizio ferito.

—Vivi con la paura, se ti va. Non userò mai niente contro di te.

E non l'ho usato: tre anni a fare bestialità davanti a una telecamera, e quella non è mai stata tra le bestialità.

E in mezzo a quella mattina ho scritto la spiegazione più completa di me stesso che ci sia in tutto l'archivio, senza pubblico e senza avvocato. Che stavo di merda. Che ero stato vicinissimo allo scompenso quell'estate, che quegli stressori mi portavano al limite, e che con l'alcol dentro era la combinazione buona per un'altra situazione terribile. Che stressori uguale Marcos si sente male. E che era da due anni che mi stavo conoscendo fuori dagli stati maniformi e che mi restava ancora parecchia strada. Eccolo lì, scritto da un uomo in pro-dromo, quello che questo libro ci avrebbe messo altri due anni a mettere in ordine. E lei ha risposto questo, che è l'unica volta in anni di archivio in cui scrive la parola.

—Guarda, Marcos: tu sei bipolare solo per deresponsabilizzarti. Quando ti riempi di alcol, il disturbo bipolare non compare nei tuoi ragionamenti.

—Se sono uno stronzo, lo sono e basta. Quello di cui ho bisogno è tenerezza, comprensione, lealtà, e gente che CAZZO RESTI.

—Con il cuore in mano, spero che tu possa guarire e smettere di rompere tutto quello che tocchi.

In anni di archivio con lei la parola bipolare compare quella volta e mai più, e l'ha scritta per dirmi che mi riparavo dietro la diagnosi. Si guardi il verbo: non che smettessi di bere, ma che smettessi di rompere quello che toccavo, che è il modo di dire che quello che rompe non è quello che uno fa ma quello che uno è. E poi, che smettessi di mentire, che vivevo nella fantasia.

La domenica sera mi ha dato le sue ragioni, e me le ha date bene: quaranta minuti, ordinate, senza un insulto. Che lei e Nuria erano diventate amiche ed erano mesi che leggeva le mie conversazioni con Nuria mentre io raccontavo a ciascuna una versione diversa della stessa cosa. Che io per mesi mi ero impiccato di come Nuria si gestiva le sue cose, che non erano affari miei; lì ho risposto male, e ho scritto tre volte che sapevo che era brutto e che mi prendevano i cinque minuti. Che il mio modo di stare male la portava in un posto della sua infanzia dove non voleva andare, e che i miei traumi sbattevano contro i suoi. E che mi tenessi il fatto che mi aveva voluto bene onestamente. Amore, mi ha chiamato, nella stessa frase in cui mi diceva che non poteva fidarsi di me. Il lunedì è tornata per chiudere: che gliene combinavo sempre una, che forse il problema ero io con le mie dinamiche torbide, e due minuti dopo, che se ero incapace di empatizzare magari era il narcisismo a fregarmi. Che non mi avvicinassi a lei, per favore. E un bacio, con il soprannome di sempre. Il mercoledì ho scritto gli ultimi tre messaggi di otto anni e una canzone. Dopo di quello, niente. E sette settimane più tardi sarebbe venuta nel mio salotto a prendersi la mia voce registrata, che va nel capitolo successivo.

Si legga la lista e ci si cerchi una sola parola clinica: mentire, fantasia, cattiveria, incapace di chiedere come stai, dinamiche torbide, narcisismo. Sei modi di dire la stessa cosa, e il settimo, il primo in ordine di orologio, lo dice senza giri: che la diagnosi era un alibi, cioè che quella roba era il mio modo di essere. E sotto ciascuna c'è un nome in un manuale. Quello che ha chiamato mentire erano le lacune di un cervello in prodromo con l'alcol dentro, che raccontava quello che gli arrivava e non quello che era successo, e questo l'ho già detto. Quello che ha chiamato cattiveria era irritabilità, che è elencata come sintomo. Quello che ha chiamato non chiedere come stai era il ripiegamento su di sé di una fase alta. Quello che ha chiamato dinamiche torbide e superiorità morale

era la grandiosità, sommata alla pressione dell'eloquio, che è l'urgenza di dire senza riuscire a fermarsi. E quello che ha chiamato veleno era eteroaggressività verbale, sintomo dello stato misto, con il filtro spento: non si dice quello che si pensa ma quello che fa più male. Che il meccanismo abbia un nome non lo rende meno orribile da leggere. Ma un veleno si sceglie e un sintomo no. E la prova è che si sono spenti. Con il litio, con il sonno, senza alcol e senza tribunali addosso non ne compare nessuna delle sette. Non un po' meno: nessuna.

Le sue ragioni erano buone, e con quelle addosso andarsene era la cosa da fare. Quello che cambiano le parole sta in una riga: se quella roba era il mio carattere, il problema ero io; se era la mia malattia, lei ha fatto bene lo stesso, ma la conclusione su chi sono io è un'altra. E di quella sera c'è una sua frase, la più dolce e quella che mi ha dato più da fare: che le avevo fatto del male con il mio momento di vita. Un momento di vita capita alla biografia di una persona, non al suo cervello, e il nome che si dà a una cosa decide quello che con quella cosa si fa: se era un momento di vita, quello che va fatto è farsi da parte e aspettare che passi, che è quello che ha fatto; se era un prodromo, quello che va fatto è una telefonata a qualcuno che ne capisca, e quella telefonata non l'ha fatta nessuno. Il nome l'ha scelto chi non ce l'aveva. E quella che ce l'aveva era seduta allo stesso tavolo.

Perché Inés l'avevo conosciuta all'inizio di quell'estate, su un'applicazione di incontri. Al primo appuntamento mi ha detto che lavorava nella salute mentale. E io le ho detto: cazzo, e io ho il disturbo bipolare. Quel pomeriggio le ho parlato di mio padre e di come è morto, alla prima uscita, perché da chi sa uno si aspetta una cosa precisa. E lei mi ha dato, in cinque appuntamenti, le prime lezioni di psicoeducazione della mia vita, cinque anni dopo il nome e al tavolino di un bar: la dopamina, quello che fanno le sostanze in un cervello come il mio, e l'avvertimento, tale e quale, che io non dovevo bere. Contento come un bambino, l'ho presentata a Nuria e a Raquel sui social, con gli screenshot del suo profilo. È lì che è cominciato tutto. Al quarto appuntamento mi ha spiegato che la sua vita sentimentale non era esclusiva, e io, che quello schema lo detesto per quello che ha fatto a noi nella coppia a tre, non ho detto di no: ho chiesto una cosa sola, se avrebbe dormito con gli altri. E mi ha detto ovviamente sì. Io ho chiesto la notte, perché nella mia malattia il sonno è la variabile che la regola: la protezione più economica che esista per un cervello come il mio, chiesta senza saperne il nome all'unica persona del tavolo che il nome lo sapeva.

Due giorni dopo il primo appuntamento le ho scritto due righe di fila: come sei bella, e subito dopo, testuale, che mi stava partendo, che mi fermasse, che non volevo farle del love bombing. Un uomo con un tipo uno diagnosticato che avvisa, con la parola esatta, una specialista che gli stava partendo: un dato d'esame, che a lei è sembrato un complimento. E alla fine di quell'estate, dall'altra parte del mondo, l'ha visto lei stessa e l'ha scritto: che le dava una sensazione di instabilità brutale, che era adesso sì adesso no adesso sì adesso no, che era tutto il viaggio che dicevo una cosa e il suo contrario. Impulsività, pressione dell'eloquio, labilità: tre criteri dell'episodio, scritti da lei. Alla fine di quell'estate l'ho messa in un gruppo per lasciarle delle riflessioni registrate, nel cuore della notte, incapace di fermarmi quando me l'ha chiesto, e il suo ultimo messaggio è stato un addio con davanti delle faccine che ridevano. Mi ha bloccato. Ho provato a contattarla per un'altra via, e allora mi ha chiamato molestatore. Che un privato usi quella parola a caldo lo capisco. Ma uno studio di venticinque anni fa sugli stalker ha lasciato scritto che quel comportamento si vede a volte negli stati maniacali e che il trattamento del disturbo di solito ci mette fine. Quello che somiglia a stalking in un maniacale si cura con il litio, e quello che è stalking no. Lei quella letteratura la maneggiava prima di scrivere la parola.

Settimane più tardi ho saputo che in giro si stava raccontando che il personaggio ormai non stava più in piedi, e che la verità alla fine viene sempre a galla da sola. E in una telefonata di quell'inverno, l'ultima, ho scoperto che Inés era finita vicino a Raquel. Anni dopo è successa di nuovo la stessa cosa, e peggio, e va al posto suo: ho mandato a Inés sulla sua mail due video sul danno che mi aveva fatto, senza chiederle niente tranne una cosa, espressa e per iscritto, che non lo dicesse a Nuria. Gliel'ha detto. Io non sono mai stato un suo paziente, quindi non c'era nessun segreto professionale da rompere; ma consegnare a un terzo dati sanitari che qualcuno ti ha mandato in privato, contro la sua richiesta esplicita, è tra le cose che non dovrebbe lasciarsi scappare chi lavora con gente malata. E la mia, perché il conto sia intero: nel nostro ultimo scambio le ho scritto che speravo che nessuno dei suoi pazienti dipendesse mai da lei nel suo momento peggiore. Oggi preferirei non averlo detto.

Niente di quello che ha fatto Inés è un reato. Il fatto è che una formazione non si appende all'attaccapanni quando si esce dal lavoro, e chi ce l'ha non smette di averla quando è al tavolino di un bar, a una cena o in un gruppo di amici: l'autorità che dà il sapere non si spegne alla fine dell'orario, e con quello

che uno sa certe cose non si fanno. E per vederlo senza nebbia, lo si metta in un altro mestiere. Una bagnina fuori servizio: annegare davvero non ha urla né sbracciate, ed è per questo che gli annegamenti succedono davanti a venti persone che non vedono niente; lei è l'unica della spiaggia addestrata a distinguere, lo distingue, e dice agli altri che quello sta facendo il cretino, e torna al suo telo. Sapeva leggere la scena e l'ha letta al contrario e ad alta voce. Delle tre persone che hanno deciso su di me quell'autunno, due non mi dovevano niente: hanno fatto quello che sapevano fare con quello che avevano. Inés qualcosa me lo doveva, e non era affetto né lealtà: era competenza. Serviva una cosa piccolissima: che l'unica persona di quel mondo con una formazione clinica dicesse una volta, nel posto giusto, che questo che state descrivendo non è un predatore, è un quadro clinico e ha una cura. Non credo che l'abbia fatto per cattiveria. Credo che fosse spaventata e che fosse parte in causa. Ma essere spaventata è non sapere. Lei sapeva.

Capitolo 43 • Il salotto

Ci sono cose che mi sono rimaste impresse con una nitidezza che io non ho chiesto. Il rumore dell'ascensore, per prima cosa. Il campanello dopo. E poi la voce di Sonia dall'ingresso che annunciava che erano Raquel e una dei suoi. È stata una sera di quell'autunno, settimane dopo il congedo per iscritto e poco più di una settimana prima che prendessi un aereo; le ha portate mia sorella in macchina, perché Raquel non sapeva arrivare fin lassù. È entrata con qualcuno della sua famiglia, che aveva la faccia di chi non vuole stare in quel salotto, e ci siamo seduti tutti e quattro. Sonia ha occupato la sedia dell'angolo. Loro due il divano. Io sono rimasto per terra, con la schiena contro il muro, che era l'unico posto libero rimasto in casa mia. Dietro il tramezzo c'era la stanza di Chapa, e nei muri l'odore di quello che lì dentro si consumava.

Raquel ha parlato per quasi due ore. Senza alzare la voce, con una cadenza tranquilla e ordinata, catalogando ogni torto come prova di uno schema. Certe parti le riconoscevo io e altre no. E ogni volta che provavo a spiegare qualcosa (che in primavera io ero deregolato, che l'atto di Marta era arrivato quello stesso giorno, che quella non era una scusa ma un contesto), mi restituiva la frase che mi è rimasta nel corpo per moltissimo tempo: che a lei del contesto non importava niente, che il danno era stato reale. Sul danno aveva ragione. Sul segno di uguale che metteva tra il danno e l'intenzione, nessuna. E quelle due ore hanno una descrizione accademica da settant'anni: un sociologo le ha chiamate cerimonia di degradazione, e la cosa funziona così. Chi denuncia parla in nome di certi valori che presenta come quelli di tutti. Al denunciato non si imputa un atto, lo si ridefinisce per intero, perché smetta di essere qualcuno che ha fatto delle cose e diventi qualcuno che è una cosa. E il passato viene riletto all'indietro, in modo che quello che uno è stato per anni resti come la facciata e quello delle ultime settimane come ciò che era sempre stato per davvero. Ecco perché certe parti le riconoscevo e altre no. Quelle che riconoscevo erano mie. Le altre erano otto anni della mia vita riletti con la torcia di quella fine d'estate, e con quella torcia fa paura qualunque vita umana.

Alla fine ha tirato fuori il telefono e mi ha chiesto di registrarle un audio in cui mi impegnavo a non cercarla mai più. Non c'è stata nessuna minaccia di polizia e non le è servita affatto. Con quello che aveva davanti le bastava: un uomo che era settimane che non dormiva, con il processo di Marta appeso al soffitto e con quell'odore entrato nei muri di casa sua. E le bastava anche quello che eravamo noi due: in tutti gli anni che la conoscevo io non l'avevo mai contraddetta nemmeno una volta. Quella donna io la adoravo come una dea, e le dee non si discutono: si obbediscono. Ho guardato Sonia. Sonia ha guardato me. E ho preso il cellulare che mi stava porgendo e ho registrato l'audio, sul suo telefono e non sul mio, con mia sorella testimone impotente, dicendo quello che lei voleva sentire per potersene andare. Quando se ne sono andate, io e Sonia siamo rimasti zitti per un bel pezzo. E quella stessa notte ho scritto a mia sorella quattro righe che ritraggono lo stato in cui sono uscito da lì: che era stata di aiuto enorme, che grazie di tutto; che io non volevo smettere di vedere Raquel senza un abbraccio; che con quello mi bastava. Era quello l'uomo che aveva appena registrato quell'audio: uno che ringraziava per aver potuto salutare. L'audio gliel'ho chiesto il giorno dopo, per il tramite di mia sorella, e due giorni dopo un'altra volta. Non ce l'ho.

E la cosa più piccola di quella sera è quella che conservo di più: l'abbraccio. Me l'ha dato lei prima di andarsene. Due secondi, dietro due ore di sentenza e un audio strappato, e qualche giorno più tardi ho scritto a mia sorella che pochi abbracci mi erano stati dati come quello. Quell'abbraccio dimostra che quella sera, qualunque cosa fosse, non era odio. E c'è un'altra cosa che ho scritto a Sonia il giorno dopo: che mi sarebbe piaciuto che Raquel sapesse che, se non avessi preso il litio, io avrei pianto come una fontana. Che quando bevevo finivo quasi sempre per piangere una volta rimasto solo, e che il litio, tra le altre cose, mi appiattisce il pianto. Quella sera non mi ha visto piangere, e non è stato perché non mi facesse male. Non so se poi gliel'abbiano detto.

E adesso arriva la durezza che tocca a Raquel, misurata e senza un insulto, che di insulti gliene ho già sparati di quelli che non dovevo. Quella sera mi ha chiesto una cosa che non doveva chiedermi, per come stavo io e per quello che lei sapeva di come stavo. Raquel aveva visto il mio episodio della pandemia e aveva visto quello dell'albergo. Dopo l'albergo è stata lei a chiedermi di imparare a riconoscermi prima della mania. E aveva davanti un uomo con settimane senza dormire e con undici mesi senza che nessuno gli toccasse la terapia, e invece di fare quello che aveva fatto nella pandemia, cioè dirmi dammi pure della

matta ma io ti accompagno, mi ha allungato il cellulare perché mi registrassi mentre rinunciavo a lei. Per questo non è servita cattiveria: è servito non voler guardare il dato. Un impegno strappato a un uomo in quello stato non è la volontà di nessuno, e su questo la psicologia clinica ha smesso vent'anni fa di usare i contratti di non suicidio, proprio perché un foglio firmato in piena crisi non trattiene nessuna crisi; e a me hanno fatto firmare un contratto di non contatto mentre avevo in corso una compulsione di contatto. Mia sorella, dalla sedia dell'angolo, l'ha permesso perché nemmeno lei aveva il dato: a lei nessuno aveva spiegato che a un malato in prodromo quello che si fa è ascoltarlo, abbassargli la temperatura e accompagnarlo, e non aprirgli un processo nel salotto di casa sua. A tutte e due rimprovero la stessa cosa: che in tutti gli anni da quando ero diagnosticato nessuno abbia fatto sedere le persone che mi volevano bene per spiegare loro che cos'era quello che avevo. E che l'unica che invece lo sapeva girasse così vicino e non aprisse bocca. E anche così l'ho rispettato, con due eccezioni in tre anni.

Quello che c'era su quel pavimento ha un nome e non l'ha pronunciato nessuno: prodromo, la fase che va davanti all'episodio. Non è l'episodio: è la sua rampa, e in ogni paziente ha una forma propria e piuttosto stabile. La mia si vede a occhio nudo. Cala il sonno, e non in forma di insonnia ma di non averne bisogno. Si sposta in avanti la notte fonda, che è l'ora in cui scrivo quello che non dovrei scrivere. Si accelera l'eloquio e si restringe il giudizio, con quell'irritabilità che da fuori sembra malumore. E compaiono i progetti, che quell'autunno avevano forma di telecamera. Io dormivo tre ore e scrivevo di notte molto più che alla fine dell'estate. Ed ero tornato a registrare video per un canale che era spento dai tempi dell'albergo. Lo stesso giorno in cui partivo per l'aeroporto mia sorella mi ha ricordato che il mio avvocato mi aveva raccomandato di non registrare, e il giorno dopo ha insistito: che aveva visto due di quei video, che li mettessi in privato e che in uno di quelli sembravo fatto. Qualche settimana più tardi mia madre ha puntato a un altro punto con la stessa mira: che cercassi di non registrare niente da fatto, perché si vedeva, e che mi stavo cercando la rovina. E ho continuato a registrare.

E perché non lo vede nessuno, se la rampa si vede così tanto. Per due ragioni che si sommano. La prima è che un prodromo non ha l'aria di una malattia: ha l'aria di un carattere. Un tizio che dorme poco, parla troppo, si arrabbia e ha ragione su tutto non sembra un malato, sembra un insopportabile, e con gli insopportabili la gente che gli vuole bene fa quello che si fa con gli insopportabili,

cioè li fa sedere per terra e legge loro la lista. Tutto quello che ho scritto alla fine di quell'anno è uscito da un uomo scompensato, e loro l'hanno trattato come se dietro ogni messaggio ci fosse qualcuno di sereno che decideva a carte scoperte. Lì dentro non calcolava nessuno. La seconda ragione è mia: nemmeno chi sta salendo la rampa la vede, e questo nel libro ha già il suo nome. Settimane prima io avevo scritto a Raquel che stressori uguale Marcos si sente male; lo sapevo e non lo sapevo nello stesso momento, che è l'unico modo in cui si sa qualcosa dentro un prodromo. E quello che c'era sotto non era nemmeno una mania pulita: era uno stato misto, energia da mania con contenuto di depressione, la fase che fabbrica esattamente quello che si vedeva in quei video, ostilità e un bisogno imperioso di avere ragione. E un prodromo chiede giusto il contrario di quello che produce: chiede che qualcuno gli difenda il sonno e gli abbassi la temperatura, e produce che tutti intorno gliela alzino.

Di quella temperatura resta una mattina d'inverno, la peggior conversazione che io abbia avuto con mia madre in quarant'anni, e la metto perché lì c'è tutto quello che ho fatto di sbagliato con l'unica persona che non se n'è mai andata. Ha cominciato lei, dopo aver visto i video: che smettessi ormai di darle la colpa di tutto quello che mi succedeva, che con il veleno che le avevo sputato addosso in quei giorni non voleva né vedermi né sentirmi per un bel pezzo; e nello stesso messaggio, la frase che regge tutto quello che è venuto dopo: che mi voleva bene come ai miei fratelli. Io mi sono difeso, che è quello che fa uno stato misto: che non avevo detto una sola bugia, e che se adesso soffriva era la conseguenza della sofferenza che aveva inflitto a me. Lei l'ha chiamato con il suo nome: mezze verità, ricordi alterati e confusi. E ci prendeva: in fase alta la memoria si riconsolida distorta, e la mia testa mi stava servendo una versione già montata. Le ho detto allora la frase che non ho da nessun lato per giustificare: che il peggio di quegli anni, di gran lunga, era stata lei, mamma. E nello stesso minuto le ho raccomandato per la prima volta di informarsi sulla mia patologia. Lei ha chiuso la conversazione, e due minuti dopo mi ha scritto che l'ambulatorio ce l'avevo a dieci minuti da casa, che magari mi muovessi un po'. E un'ora più tardi ho fatto l'unica cosa costruttiva di tutta la giornata: mandarle otto link di fila di un canale di psicoeducazione sul disturbo bipolare. Una madre e un figlio che si fanno a pezzi alle nove del mattino, e il figlio che a mezzogiorno le manda del materiale perché impari a capirlo.

E qualche settimana dopo, una mattina di giornata lunga e senza un euro in tasca, le ho chiesto di comprarmi le sigarette. Mi ha risposto quello che si stava

tenendo dentro da settimane: che la lasciassi in pace, che non era la mia fattorina. E trentasei minuti più tardi: che era in tabaccheria e che mi aspettava lì. Nove giorni dopo le ho scritto due parole che risultano nell'archivio e che non ho intenzione di togliere da questo libro: ti odio. Le ha scritte un uomo che dormiva tre ore, a poche settimane dal sedersi in un tribunale e con il freno fuori servizio: la disinibizione di un episodio, che in quel momento non ha saputo riconoscere nessuno, e io per primo. Mia madre non l'ho odiata mai. E di quel mese intero, con tutto quello che è stato scritto, mia sorella ha parlato con me quasi ogni giorno, e mia madre pure. Non se n'è andato nessuno.

Capitolo 44 • Claudia

Il mio appartamento era per la strada di diventare quello che è diventato, e io, nel frattempo, ho comprato un biglietto per la Bulgaria. Lì viveva Claudia con sua madre, ormai quasi un'adolescente, e lì andavo io quando i voli si mettevano a tiro e la testa me lo permetteva. Conviene dire da dove usciva quel viaggio: il mese precedente l'avevo speso in una ricaduta con l'alcol e in una di quelle depressioni piccole che ti lasciano a funzionare a mezzo gas. Per salire su quell'aereo mi sono ripulito, perché una cosa ero io e un'altra cosa era lei. Quei giorni sono stati i più puliti che ho avuto in tutto l'anno. Nemmeno un bicchiere. Niente di niente.

E qui tocca raccontare una volta per tutte, e in ordine, la storia intera di mia figlia. È nata quando io ero molto giovane, da una relazione breve a cui hanno avuto la meglio i chilometri e il mio disordine, e nei suoi primi anni lei è stata, per me, una vocina al telefono e una faccia che cresceva dentro le fotografie. Quando lei era una bambina ho messo insieme finalmente i soldi e il coraggio e mi sono piantato a casa sua per conoscerla: una creatura che mi ha esaminato con la serietà di una notaia e che il secondo giorno ha sentenziato che quel signore grosso era affidabile. Quell'autunno sono venute loro. Claudia era ancora molto piccola, e un pomeriggio mi si è addormentata addosso, e di quel momento mi resta il peso caldo di mia figlia che respirava contro il mio petto, che è uno dei due ricordi più luminosi che conservo. Quello che io allora non sapevo è che di quel ricordo avrei dovuto mangiare per quasi un decennio. Quell'autunno Marta stava già con me, quindi la faccenda di mia figlia piccola l'ha saputa dal primo giorno. E in quattro anni vissuti insieme mia figlia è stata l'argomento di una sola conversazione. Quel silenzio l'abbiamo tirato su in due: nemmeno io la nominavo, per non avere aperto un cassetto che mi faceva male. Quello che doveva romperlo ero io.

Tra quella creatura addormentata addosso a me e il giorno dopo in cui me la sono ritrovata davanti ci stanno otto anni e mezzo, e dentro ci sta tutto quello che racconta questo libro: la coppia a tre, la valigia, i ricoveri, le denunce, il

pozzo. La paternità a quella distanza è una fitta che non fa rumore e che nemmeno se ne va: uno sa, ogni mattina, che a migliaia di chilometri sua figlia sta perdendo i denti da latte, e sta decifrando le sue prime lettere, e sta spegnendo candeline, e si sta facendo una persona piano piano, e che in quella stanza non c'è nessuno che ti somigli. Mi sono perso quasi tutto il pacchetto, e quella fattura non figura in nessun fascicolo e continuo a pagarla ogni mattina. L'inverno prima di quel viaggio erano venute a Barcellona per un fine settimana. Claudia stava smettendo di essere una bambina, e quella cosa non ha avuto niente di ri-congiungimento cinematografico: mi ha trattato con la cortesia che si riserva a una visita, educata, con le sue riserve, lanciandomi occhiate di sbieco come chi guarda uno sconosciuto di cui gli hanno raccontato versioni che non tornano. E non gliene faccio una colpa: nessuna adolescente deve affetto a un padre che è stato, in sostanza, un'assenza. Non ho nemmeno osato tentare un abbraccio. Mi è bastato sedermi vicino, ascoltarla, guardare quella persona sveglia, viva del tutto e reale del tutto, e pensare senza riuscire a crederci fino in fondo: esiste.

Di quel viaggio d'autunno quello che resta è la logistica, e la logistica ritrae la relazione meglio di qualunque altra cosa. Due giorni prima del volo sua madre mi ha mandato le istruzioni: che lì faceva freddo e che portassi roba pesante, il taxi, l'autobus e quanto costava ogni cosa. E una frase di una delicatezza che io allora non ho saputo leggere: che avrebbe provato ad avvicinarsi lei all'aeroporto, perché io non andassi a scaricare le mie emozioni in un posto sconosciuto. E c'è stata una condizione, una sola, a lettere chiare: che non fumassi davanti a loro. Ho risposto con la goffaggine di sempre, che avrei provato a rispettare tutte le condizioni, e mi ha corretto all'istante: che in realtà ce n'era una sola, e che non doveva nemmeno costarmi tanto. Una condizione in tutti quegli anni. Lì si misura esattamente quanto poco questa donna mi abbia mai preteso. E un dettaglio in più: il primo giorno veniva lei da sola; la ragazzina l'avrei vista il giorno dopo, probabilmente a pranzo; e magari avremmo cenato in tre, a seconda di quello che diceva Claudia. A quell'età, era mia figlia a decidere quando vedeva suo padre. Ed era giusto che fosse così.

E il giorno del volo non sono arrivato. Sono rimasto incastrato in autostrada, ho perso l'aereo e ho scritto a sua madre che stavo cercando alternative e che volevo morire, con una foto la cui didascalia lo riassume tutto: perso in aeroporto. Nel pomeriggio ho trovato la via d'uscita, un altro aeroporto a mezzanotte e un aereo all'alba, e sono atterrato lì la mattina dopo con un giorno di ritardo. Quel posto è esattamente il contrario di Barcellona: un freddo secco che taglia,

la neve già grigia ai bordi del marciapiede, una luce bianca e bassa che qui non abbiamo mai. Da casa mi arrivavano notifiche del tribunale che ignoravo di proposito e messaggi di Sonia che liquidavo con uno sto-bene, perché lo stavo. L'ho vista all'ora di pranzo, con sua madre davanti, e quello che c'è stato è stata quella cortesia tesa: un sorriso corto, un ciao a mezza voce, le mani infilate nelle tasche del cappotto. Nessun abbraccio. E ciò nonostante aveva ancora intatte le fissazioni della bambina brillante che è sempre stata. Mi ha sparato una teoria sui polpi, con la serietà di chi espone risultati a un congresso: che l'intelligenza gli viene dall'avere nove cervelli distribuiti, uno per tentacolo più quello della testa, e che da lì gli esce il poter badare a nove faccende nello stesso momento. Io l'ascoltavo con quell'attenzione completa che ci mettono solo gli innamorati e i padri. E mentre l'ascoltavo ho pensato che, dicesse quel che dicesse la sentenza, quella roba esisteva. Che quella ragazzina e la sua teoria dei polpi esistono, ed esistono in parte perché esisto io. E quel giorno quello è stato motivo sufficiente per continuare a esistere. Per prendermi il litio.

C'è una cosa di cui non parla quasi nessuno, ed è quello che la malattia decide al posto tuo quando sei padre. Per anni ho creduto davvero che la cosa migliore per tutti fosse che una persona malata se ne stesse in disparte. Quella non era una decisione: era la depressione che parlava con il vocabolario del riguardo. Un cervello in fase bassa non ti dice non posso; ti dice non devo, e te lo dice con una logica così pulita che uno la firma come se fosse sua. E in fase alta succede il contrario, che si promette quello che non si manterrà: un'estate ho promesso a sua madre dei soldi per un campo estivo e dieci giorni dopo glieli ho tagliati con la scusa più imbarazzante immaginabile, che mia madre mi teneva i conti e che aspettasse fine mese. Un uomo fatto e finito, con una figlia che compiva gli anni il giorno dopo, che spiega alla madre della bambina che sua madre gli controlla i soldi. Quello che mi ha risposto me lo meritavo: che Claudia erano affari miei. Ecco come decide la paternità questa malattia: non ti toglie la figlia, ti toglie gli anni in cui avresti potuto esserci, alcuni da sotto e altri da sopra, e in cambio ti restituisce un'adolescente che ti guarda di sbieco con tutta la ragione del mondo. E l'altra metà della distanza non la governo nemmeno io: non ci sono telefonate né videochiamate, e non ce ne sono mai state in modo continuativo. Ci sono messaggi che scrivo io, silenzi lunghi che non gestisco io, e qualche viaggio quando i voli e la testa lo consentono. Sua madre non autorizza di più, e di crudeltà nemmeno l'ombra: lo fa perché si porta ancora lo stigma conficcato dentro e perché teme che, senza di lei presente, mi scappi qualcosa

che faccia male alla ragazzina. Prudenza e paura, le due cose che fabbrica una malattia che a nessuno hanno mai spiegato. Io l'unica cosa che faccio è cercare di dimostrare, con fatti piccoli e ripetuti, che quel padre intermittente si sta lasciando indietro. E da quando so che lei può leggermi, scrivo e pubblico mettendo in conto che tutto quello che carico può finire in mano a una ragazza della sua età.

Sua madre mi ha mandato una volta la foto di un disegno che Claudia aveva fatto per la scuola quando era piccola: una mappa con una stella messa esattamente sopra il punto in cui vive suo padre. L'ho salvata nella cartella del telefono dove metto quello che non voglio perdere, che non ha gran che dentro: la foto di un albero del Montseny scattata prima del temporale, l'audio di Claudia che mi chiedeva se stavo bene quando ero in ospedale, tre canzoni e adesso la mappa. Sono le cose che fanno sì che il e-se-non delle notti brutte abbia una risposta di carne e non soltanto di fumo. Claudia è ormai quasi una donna e sa dove vive suo padre. E c'è una cosa che ho impiegato quindici anni a poter dire senza rabbia, e l'ho detta a sua madre per iscritto una mattina dell'anno scorso: che mia madre era vissuta amareggiata per non aver avuto occasione di vedere crescere sua nipote, e che ha un cuore d'oro. Uno dei rancori più lunghi della mia famiglia, risolto in due righe. Quella cosa non era stata rifiuto. Era stata lutto.

Sono tornato all'inizio di quell'inverno con una cosa in mano che da allora non ho più mollato: questa persona esiste, ed è la cosa più perfetta che sia uscita dalla mia storia intera. E all'aprire la porta dell'appartamento me l'ha raccontato tutto l'odore, che in quella casa non somigliava a nessun altro. Il frigorifero, vuoto. Il pavimento, seminato di cicche. E Chapa che mi guardava entrare con gli occhi di chi non sta più del tutto dentro il proprio corpo. Un uomo in prodromo arrivava da quattro giorni di sonno e da una ragazzina che parlava di polpi, e quello che lo aspettava a casa era esattamente il contrario di tutto questo.

Capitolo 45 · La telecamera alle due del mattino

Quello che ricordo di quell'inverno non è la sensazione di stare perdendo la testa. È quella contraria, ed è per questo che fa così paura raccontarla: quella di stare finalmente facendo l'unica cosa sensata che restava da fare, cioè lasciare traccia, mettere davanti a una telecamera nel cuore della notte quello che gli altri si ostinavano a non guardare. Una psicosi non si vive come follia. Si vive come una lucidità esatta dentro un'altra realtà, e manca un solo elemento, quello che cambia tutto: la voce di dentro che nell'eutimia chiede a che scopo, e aspetta, e dubita, e ti lascia il messaggio addormentato fino a domani. Quel freno in questo libro è già raccontato. In un episodio non si rompe, si spegne, e quello che ne prende il posto fabbrica certezze più in fretta di quanto uno riesca a scrivere. Con quel macchinario acceso dentro sono tornato dal viaggio per vedere mia figlia: tre ore di sonno annotate sul foglio di una visita di quei giorni, undici mesi senza che nessuno mi avesse toccato la terapia, e un canale di video che mi aspettava.

Del canale conviene sciogliere un malinteso prima di andare avanti, perché quasi tutti lo raccontano al contrario. Non è nato quella notte. Era lo stesso di sempre, quello della stanza di dodici metri, lo stesso dove io caricavo video in cui spiegavo le nostre canzoni e Marta li guardava e poi mi chiedeva di raccontarle che cosa avevo voluto dire al minuto tale. Lì dentro sono rimasti due video che abbiamo scritto e doppiato in due, una notte, morti dal ridere come ormai non ridevamo quasi mai; se qualcuno mi chiede dove io e Marta abbiamo riso a crepapelle per l'ultima volta, la risposta è quella. Ho registrato in tutti gli episodi che ho avuto, e dopo ogni ricovero cancellavo tutto, e non mi ha mai portato un problema fino a quell'inverno, che è stato quando ci sono tornato con la testa completamente andata. Mia sorella mi chiedeva di smettere e io le rispondevo che registrare era la mia terapia. La terapia lo era. Il momento era il peggiore possibile.

I primi video sono stati su Nuria, e non ho detto il suo nome: ho montato un archetipo, la donna che si fabbrica un'immagine pubblica di bontà mentre den-

tro augura la morte all'uomo che ha rifiutato, e su quell'archetipo ho scaricato tutti gli insulti che mi sono venuti in mente, che sono stati tanti, con la disinibizione di chi ha il freno fuori servizio. Non lo racconto per giustificarlo. Lo racconto per chiamarlo con il suo nome: quello era un cervello in pieno episodio che fabbricava verità avvelenate. E nel giro di giorni il cervello si è dimenticato di lei ed è caduto in picchiata su quello che davvero mi stava squarciando, che era Marta. Il processo. Toby, che se n'era andato con lei senza lasciarmi salutare. L'amore che io avevo creduto reale trasformato nella causa più grave della mia vita. Nel quindicesimo video ho pronunciato il suo nome, e poi ho parlato due ore e quaranta minuti di fila. La trascrizione di quel tratto esiste, sono ore dedicate a lei e solo a lei, e quello che c'è dentro non somiglia a quello che è finito in un'aula di tribunale. Ci sono minuti e minuti di foto, un uomo che apre un cassetto per far vedere a una telecamera un mobile che lei aveva lasciato come nuovo, cose sue appese al mio muro, il casco abbinato al mio, un viaggio in montagna, la sua gente, a cui facevo gli auguri uno per uno per i compleanni che non le avevo fatto. Ci sono frasi rivolte a lei in cui le dicevo che non le chiedevo niente, che non la chiamavo, che non la minacciavo, che non volevo dimenticarla anche se non fossimo tornati insieme mai più. E ci sono tratti, e non ho intenzione di nasconderli, in cui dicevo che la odiavo. Tutto questo sta nella stessa registrazione e a volte nello stesso minuto, perché una testa senza regolazione non sono due uomini con due intenzioni diverse. È uno solo. Quello che io non sapevo mentre caricavo quella roba è che qualcuno del suo giro l'aveva trovata nelle prime ore e gliel'aveva fatta arrivare.

Se questo libro lasciasse intendere che nessuno mi ha avvisato, mentirebbe. Mi hanno avvisato tutti, insieme e per iscritto. Mia sorella si è passata una giornata intera con me, link per link: che tagliassi il finale dove insultavo, che non continuassi a giocare con il fuoco, e sette ore dopo la frase che io avrei dovuto rileggere due volte e non ho letto nemmeno una, che lei stava cercando di proteggermi ma che quella roba non si sarebbe portata via anche la sua salute mentale. Mia madre mi ha minacciato di denunciarmi, l'unica volta in vita sua, perché togliessi dal mio ultimo video una foto di famiglia. La mattina dopo è arrivato il messaggio che si legge peggio di tutti: che non l'avevo tolta, che continuavo a mentire, che mi ero appena scavato la fossa dando il mio nome e i miei dati. Con la parola auguri dietro. E mia sorella un'altra volta, la mattina seguente, avviso ai naviganti, che con quello che stavo dicendo in quel video andavo dritto a un processo peggiore di quello del giovedì; due ore più tardi ha gettato

la spugna per iscritto, che le era finita l'energia, e dieci minuti dopo mi mandava un bacio per la persona con cui avrei passato la giornata. È fatta così. Con sei avvisi sotto il naso, quello che ho fatto io è stato registrare per altri diciotto giorni. Questa è l'anosognosia nella sua versione estrema, quella che ho già spiegato: non negare la diagnosi, che a freddo la ammettevo senza battere ciglio, ma essere incapace di vedere che quello che stai facendo in questo preciso minuto è la diagnosi. Ed è, allo stesso tempo, un uomo avvisato che non è riuscito a fermarsi. Tutte e due le cose sono vere e non si danno fastidio.

In uno di quei video si è infilato un documento con i dati di Marta. Non ce l'ho messo: si è infilato, alla velocità a cui monta video un uomo che non dorme e che spegne con la telecamera gli incendi che sta appiccando lui stesso. L'ho visto poco dopo averlo caricato. Ho tolto il video. L'ho ricaricato senza il documento. Tra una cosa e l'altra sono passati dei minuti, e in quei minuti qualcuno che stava davanti allo schermo l'ha catturato, e quella cattura è finita dentro una denuncia. Un cervello in psicosi non è spento del tutto: va a raffiche, si accende e si spegne, e in una di quelle raffiche ho visto che cosa c'era lì, ho capito che cos'era e l'ho tolto. Di tre settimane intere, quello è l'unico momento in cui ho fatto esattamente quello che andava fatto, da solo, senza che me lo chiedesse nessuno, ed è proprio il momento che si sono portati in tribunale. È stato punito il minuto in cui me ne stavo accorgendo. E per pescare un documento rimasto in aria pochi minuti, su un canale che non guardava quasi nessuno, bisogna essere giorni di fila a guardare un uomo che non dormiva. Lette per intero, quelle catture sono la mia infermità. Ritagliate, sono diventate i miei precedenti. Il canale l'ho chiuso io, e nell'ultimo video, che hanno visto quattro persone, compaio a chiedere scusa e a piangere.

Mentre io registravo, in quell'ambiente si parlava di me. Si è detto ad alta voce, e da una paura che era loro ed era reale, che io ero un uomo pericoloso. Ho già detto chi era l'uomo di cui parlavano. E perché non me la cavi a buon mercato: non l'ho saputo allora, l'ho saputo mesi più tardi, quando ormai ero nella depressione postpsicotica, di modo che quella roba non è stata il detonatore di niente. Quello che invece mi ha acceso è stato sapere che Nuria chiamava mia sorella quasi ogni giorno perché io smettessi di registrare, e saputo quello ho registrato di più. Quella paura ha ingredienti che conosco uno per uno, e nessuno è la cattiveria di qualcuno: la parola bipolare senza niente dietro; un comportamento reale, quello di un uomo irritabile, insonne e senza filtro, che si legge come escalation perché a nessuno hanno spiegato che l'escalation di un pro-

dromo va verso dentro, verso la telecamera e verso il proprio fegato, e non verso il corpo di nessuno; l'eco di gente spaventata che si parla tutti i giorni; e l'unica persona di quel gruppo con una formazione clinica, che avrebbe potuto disinnescarlo in trenta secondi e non l'ha fatto. Che uno sconosciuto ti chiami pazzo pericoloso è rumore di fondo. Che ti trasformino in mostro quelli che ti hanno voluto bene è un'amputazione.

La notte prima del primo giudizio per direttissima non ho dormito. C'era droga a portata di mano e non ci ho pensato troppo, perché l'alternativa era continuare a contare crepe sul soffitto fino alle otto. Mi ha portato Jordi con la sua macchina. Marta era davanti al tribunale, accompagnata dai suoi, e io non mi sono avvicinato, perché ce l'avevo vietato e perché la vergogna mi aveva mangiato da dentro, quella vergogna stranissima dell'imputato che va chiedendo scusa in silenzio per dei reati che sono stati sintomi. Abbiamo finito a fumare a trenta metri gli uni dagli altri, come tre estranei, loro senza alzare lo sguardo e io a guardarmi le scarpe. Uno della sua famiglia, che io avevo considerato quasi un amico, mi ha guardato con la voglia di uccidermi, e quello sguardo non gliel'ha prodotto quello che io ero, ma la parte di me che stava dentro un atto giudiziario. Dentro l'aula Marta non mi ha guardato negli occhi nemmeno una volta, come se quella panchina e quel tramonto in montagna fossero capitati ad altre due persone. Io sono entrato in pieno episodio, senza nessuna capacità di sapere che ero malato, che è come dire senza capacità di chiedere aiuto. La mia deposizione è stata penosa. L'avvocato d'ufficio, che non mi ha preparato e non mi ha ascoltato, ha preso lo stesso. La giudice è stata comprensiva nei limiti di quello che si può essere in quindici minuti, e alla fine ha alzato gli occhi dalle carte e mi ha fatto l'unica domanda che mi è stata fatta quella mattina.

—Lei capisce che quello che ha fatto è sbagliato?

—Sì.

Ed era vero. Che quella roba fosse sbagliata lo capiva chiunque e lo capivo io. Quello che non capivo, perché la malattia non me lo lasciava capire, era che ero malato. Quello non l'ha chiesto nessuno. A un uomo che sono tre settimane che si registra alle due del mattino la domanda da fare non è se sa che quella roba è sbagliata; e in quindici minuti a causa non c'è tempo di farne nessun'altra. Ne sono uscito condannato a venti giorni di detenzione domiciliare e a un corso che ancora non ho fatto. A me, che erano mesi che non ero capace di attraversare il pianerottolo, hanno dato come pena il non uscire di casa.

Il secondo processo, quello dei video più gravi, quelli che ho cancellato io e di cui non resta traccia da nessuna parte, è stato una settimana più tardi e si è risolto con un patteggiamento. Quel giorno mi ha accompagnato mia madre. Nel corridoio ha incrociato Marta e le ha detto in faccia come si permetteva, se non si vergognava; Marta non ha risposto, e la donna che l'aveva portata alla stazione con la valigia si è messa per la prima volta, davanti a me, dall'unica parte da cui era sempre stata. Io avevo in macchina, senza sapere perché l'avessi preso quella mattina, uno dei quadri che lei mi aveva regalato. Quando sono uscito dal firmare non ero più capace di tornare a casa con quello dentro. L'ho lasciato appoggiato contro il muro, sopra una panchina della strada, perché se lo portasse via il primo che passava, e di quella mattina resta una foto in cui si vede che qualcuno aveva scritto sullo schienale della panchina, con lo spray rosso e a lettere enormi, ti amo. Non so che cosa farmene, a parte raccontarlo.

Il patteggiamento è quello che si firma in psicosi. Il giudizio per direttissima è pensato per l'automobilista che soffia nell'etilometro sulla corsia d'emergenza e per la rissa da bar con tre testimoni: quel giorno il tribunale di turno aveva altre diciassette cause, quindici minuti ciascuna, e il mio avvocato aveva avuto trenta secondi con me in un corridoio. Al centro dell'invenzione c'è un incentivo, ed è un incentivo buono per quasi tutti: riconosci i fatti, la pena cala di un terzo e te ne torni a casa a piedi. Per un uomo a tre settimane da una psicosi, terrorizzato, con un legale che l'ha conosciuto quella mattina stessa, quella non è una scelta tra due opzioni. È un'uscita d'emergenza con la luce verde accesa sopra. Quello che non mi ha spiegato nessuno è che firmare significava lasciare a verbale una finzione, quella che io avevo agito in piena capacità, e che riconoscendo i fatti si rinuncia anche a discutere l'imputabilità, perché un vizio di mente richiede periti e tempo, che sono esattamente le due cose che quel procedimento è progettato per non avere. E la finzione non la regge soltanto il tribunale. La mattina dopo la firma ho scritto a mia sorella che io avevo voluto essere giudicato come uno normale, senza disturbi, e che se ero funzionale per tutto il resto era giusto che lo fossi anche per questo. Quello l'ha scritto l'autostigma, che a quel punto parlava già con la mia bocca. Lo stesso episodio ha prodotto i video e ha prodotto la firma. Nel procedimento in cui qualcuno si è fermato a guardare davvero, che è il capitolo successivo, quell'episodio è stato un vizio totale di mente. In quello in cui nessuno ha avuto quindici minuti, quell'episodio non è esistito. I miei precedenti escono da questi due processi e da nessun altro.

La sera del primo processo ho scritto che Marta mi aveva fatto un favore enorme, che vederla, vedere il suo disprezzo e il fatto che non mi guardasse negli occhi mi aveva liberato. E non è rimasto nel telefono: mi sono seduto davanti alla telecamera e l'ho detto ad alta voce, convintissimo, con quella fermezza che dà l'essere in pieno episodio e l'aver bisogno di crederci. Appena ho smesso di registrare mi sono buttato sul letto, mi sono schiacciato la faccia contro il cuscino e ho urlato fino a restare senza voce. Di quei video si è sempre giudicato quello che si vedeva sullo schermo. Quello che succedeva trenta secondi dopo averlo spento non l'ha visto nessuno.

Capitolo 46 • Il paravento

I venti giorni li ho scontati all'inizio di quell'estate. Vivevo di nuovo con mia madre: branda in salotto e un monitor vecchio, comprato a suo tempo con Marta, dal quale continuavo a lavorare da casa per non perdere anche il lavoro. Tre volte al giorno saliva la polizia locale a farmi firmare un foglio che certificava che continuavo a stare nel posto da cui non potevo muovermi. Il primo giorno l'ho riassunto a mia sorella per iscritto: una cosa è non voler uscire e un'altra diversa è non potere. Quella condanna non mi ha alterato la routine nemmeno un giorno, perché la mia testa mi teneva chiuso dentro da molto prima che la firmasse un giudice. Due giorni dopo averli scontati sono entrato nell'aula del processo grande.

L'hanno celebrato nel paese dove io mi ero reso indipendente per la prima volta, quando mi ero trasferito per Marta. Delle sue piazze non ne calpesterò più nessuna, e questa è una cosa che di questa malattia non racconta quasi nessuno: oltre agli anni e alla gente, si porta via le mappe. Davanti all'ingresso si è ripetuta la scena dell'inverno, Marta che fumava a trenta metri con qualcuno della sua famiglia, tutti e tre a trattarci da estranei. La sua accusa ha modificato l'atto prima di cominciare: se il tribunale avesse riconosciuto il vizio totale di mente, avrebbero chiesto misure di sicurezza, e se non l'avesse riconosciuto abbassavano gli anni di carcere che chiedevano da sempre, più divieto di avvicinamento e divieto di comunicare con lei per qualunque via. Cioè, l'accusa stessa dava per scontato che quella roba riguardasse un malato. La battaglia non era colpevole o innocente. La battaglia era che cosa si fa con un non imputabile, se lo si rinchiude o lo si sorveglia. La relazione della perita medico-legale, in cui risultava che le mie funzioni intellettive e volitive erano totalmente alterate, stava nel fascicolo da tre anni, e fino a quella mattina c'era un atto con il mio nome sopra che chiedeva anni di reclusione. Il corpo non sa distinguere tra la pena che si chiede e la pena che si infligge.

Ho scelto di rendere dichiarazioni. Ho riconosciuto la relazione e ho riconosciuto gli audio, con l'unica precisazione che era vera: che li ho mandati a un gruppo dove io non sapevo che lei ci fosse.

—E che cosa diceva lei in quegli audio? —ha chiesto il pubblico ministero.

—Erano audio con delle minacce iperboliche, frutto di un episodio psicotico in cui mi trovavo.

—E non era consapevole di starli mandando?

—Non ero consapevole di quello che stavo facendo.

Ho spiegato che non avevo memoria di averli registrati e che riascoltandoli dopo mi era sembrato uno sconosciuto che usava la mia voce. E quando il suo avvocato ha tirato fuori il tema della terapia mi è uscito il professore che ho dentro: i quattro pilastri della salute mentale, che cosa significa uno scompenso, perché alzare un dosaggio non è la stessa cosa che ricadere. Ho detto la parola eutimia davanti a un tribunale. Ho raccontato anche una cosa che non sa quasi nessuno, e cioè che mesi dopo la faccenda dell'albergo l'ho contattata una sola volta, un audio per chiederle scusa, e l'ho fatto perché la mia avvocatessa mi aveva detto che il procedimento era archiviato e che Marta non aveva impugnato. Aveva impugnato eccome, le misure erano ancora in vigore, io le ho violate senza saperlo, e appena l'ho saputo non le ho scritto mai più: sono cinque anni. Delle scuse lanciate nel vuoto. Da quello che mi è tornato indietro, lei ha detto che io non avevo capito niente, e forse aveva ragione, perché a una persona a cui nessuno ha mai spiegato che cosa fa da dentro un episodio psicotico, la mia spiegazione poteva suonare solo come una scusa. Questo è stato tutto quello che è uscito dalla mia bocca quel giorno: non una minaccia, non una parola contro di lei; una diagnosi, quattro pilastri e delle scuse. Lei era a tre metri, dietro un divisorio, e non ha sentito niente.

Poi ha deposto lei. Ha raccontato le telefonate di quel giorno e il catalogo intero del delirio, recitato ad alta voce in un'aula. Le hanno chiesto se aveva avuto paura e ha detto sì, certo. Da dietro il paravento, io non ho trovato un solo motivo per dubitarne: quegli audio sono esistiti e li ha registrati la mia voce. Ha detto anche che lei non mi aveva mai chiesto di smettere, e che dopo quella storia non ci sono stati altri contatti, direttamente no, che quello che c'è stato è stato un canale di video. Direttamente no. L'ha detto lei. E ha raccontato che di quel canale aveva visto i primi due o tre video e nessun altro, e le credo, perché questo significa che non ha visto i peggiori, ma anche che non ha visto le ore di foto né gli auguri arretrati. Quello che mi si è conficcato dentro, in ogni caso,

non è stato il contenuto. È stato il modo. Lì c'era la donna con cui ho avuto la sintonia più forte della mia vita che parlava di me senza un tremito nella voce, senza una sfumatura, senza un dubbio, e per quanto la cercassi io non la riconoscevo in nessun punto di quel tono. Ha una spiegazione, e non è la cattiveria: lei in quell'aula non è entrata come testimone, è entrata come parte, con il suo avvocato, il suo atto e la sua richiesta di pena. Un testimone ricorda. Una parte sostiene. Quella versione aveva avuto tre anni e uno studio legale per venire fuori tonda, e in un atto così non ci sta la donna che prendeva un treno per venire a trovarmi. Non lo scrivo come un rimprovero a una sua decisione. Lo scrivo come quello che un procedimento fa alla memoria di chi lo porta avanti.

E veniamo al paravento, che non compare in nessun codice. Nel giudizio per direttissima dell'inverno non c'era stato: eravamo tutti e due nella stessa aula, a qualche metro. Per gli stessi fatti, sei mesi più tardi, è comparso il divisorio. Non l'ha chiesto nessuno. Lo porta di serie il modello della violenza di genere, che separa l'aggressore dalla sua vittima senza fermarsi a guardare chi sono i due che ha davanti. E quel divisorio ha fatto tre cose in un minuto: me l'ha messo nel posto in cui si mettono i pericolosi, un uomo che sei mesi prima era rimasto a trenta metri da lei, in mezzo alla strada, a guardarsi le scarpe; lei l'ha infilata per protocollo nel ruolo di mia vittima; e le ha tappato le orecchie esattamente il giorno in cui io stavo parlando.

Poi toccava alla perizia, e per quel processo non mi ha esaminato nessuno di persona. La perita ha deposto in videochiamata e la videochiamata si interrompeva. La mia vita è stata a un passo dall'essere rinviata per colpa di un router. Quando finalmente si è riusciti a sentirla, ha confermato la sua relazione, e la base intera di un vizio totale di mente è stata liquidata in pochi minuti e a pennellate. Il mio avvocato ha tirato il filo: se avevano davanti un paziente in cura, aderente, con tre anni di monitoraggio, serviva davvero un internamento? La perita ha ammesso che la sua valutazione era quella di allora, non quella di adesso. E in mezzo a quella discussione ho saputo che Toby era morto. Il mio cane. L'unico che mi ha voluto bene senza mettermi condizioni. Non so nemmeno il giorno; so come mi è arrivata la notizia. Cinque anni e mezzo con lei, nemmeno uno con me, ed è morto mentre mi stavano processando. Io lì, a piangere per un cane, con un divisorio davanti che annunciava al mondo che il pericoloso ero io. Le sono grato di essersene presa cura negli anni in cui io non ho potuto, anche se lei non mi è grata di niente.

Nelle conclusioni finali, il pubblico ministero ha chiesto l'internamento. L'avvocato di lei ha ricordato che non imputabile non vuol dire impunito, e ha chiesto divieto di avvicinamento, divieto di comunicazione e spese processuali. Il mio ha detto che quella roba era stata un delirio, che non c'era mai stato un avvicinamento fisico e che la cosa proporzionata era sorvegliarmi, non rinchiudermi. Il vizio di mente non l'ha discusso nessuno. Quello che si è discusso è stato il mio futuro, e si è discusso in termini di logistica. E alla fine è arrivata l'ultima parola, che è l'unico minuto di un intero procedimento in cui la legge lascia parlare te, e lì mi sono passato sopra tutte le istruzioni che avevo imparato. Ho detto che non solo non auguravo nessun male a Marta: è che le avevo voluto bene da sempre. Che quella roba si era trasformata in una follia giudiziaria, che non doveva per forza finire così, che a un certo punto potevamo sederci a parlare. Ho spiegato alla giudice che il procedimento stesso è uno stressore permanente e che il cortisolo di tre anni mi aveva messo addosso cinquanta chili. Le ho augurato di essere felice. E ho chiesto una cosa sola, che quell'incubo finisse. Il mio avvocato mi faceva segno di abbreviare, e uscendo mi sono preso la lavata di capo, che a me dicono di non fare una cosa e io vado dritto a farla. Sulla forma aveva tutta la ragione. Nella sostanza, quell'ultima parola sconclusionata è stata la cosa più vera che si sia detta lì dentro.

La sentenza mi è arrivata alla fine dell'estate e diceva questo: un anno di internamento psichiatrico in struttura adeguata, divieto di avvicinarmi a lei e divieto di comunicare con lei con qualunque mezzo. Ho chiamato mia sorella e le ho detto che, se l'impugnazione non fosse passata, entravo. È rimasta zitta. Poi ha detto che l'impugnazione sarebbe passata, e quando le ho chiesto come faceva a saperlo mi ha risposto che non lo sapeva, ma che l'avremmo fatta passare noi. Il giorno dopo mi ha tolto la metafisica dalle mani con uno schiaffo: che di karma nemmeno l'ombra, che da lì in poi erano solo avvocati. Mireia si è letta la sentenza quello stesso pomeriggio e mi ha detto che l'impugnazione aveva una base; le ho chiesto che cosa dovevo fare io nel frattempo, e mi ha detto che nel frattempo, vivere. E adesso arriva quello che ho impiegato quasi due anni a capire. Quella sentenza non era una condanna. Riconosceva il vizio totale di mente, a lettere chiare, e dove c'è vizio totale di mente non c'è condanna: c'è assoluzione e misure di sicurezza. Non ti puniscono. Ti curano. Il problema è che il foglio aveva la parola condanna scritta sopra, e così mi è rimasta dentro. Un mese più tardi la procura ha chiesto che si chiarisse esattamente quello, e il chiarimento ci ha messo ad arrivare molto più di quanto regga la pazienza di

chiunque. Per tutto quel tempo ho vissuto con una condanna sulla schiena, con la vergogna addosso e il sono un condannato che si ripeteva da solo. Ero assolto da quell'estate e non me l'ha detto nessuno. E non è nemmeno malafede: è un tribunale con più carte che mani, e il ritardo l'ho pagato io. L'impugnazione, a oggi, sta ancora aspettando.

La prima cosa che ho fatto dopo aver finito di leggere la sentenza non è stata chiamare un avvocato. È stata andare a cercare la gente che se n'era andata. Ho chiesto a mia sorella di far arrivare a Nuria un video e le canzoni che avevo scritto io, e quello che è tornato indietro è stato silenzio, e dietro il silenzio il contrario del silenzio: la pretesa che cancellassi il canale e cancellassi le canzoni. A Raquel ho scritto qualche messaggio a un numero che forse non era nemmeno più suo e le ho detto che volevo morire. E settimane dopo ho chiesto di lei a mia sorella, e mi ha risposto quello che mi ha risposto: che non le aveva risposto, ma che lo sapeva da Nuria. Nessuno era obbligato a rispondermi. Ma non rispondere è anch'esso un atto, e dall'altra parte c'era un uomo che ha cominciato a pensare di togliersi di mezzo con quella freddezza strana che dà lo sfinimento estremo. Da lì esce il corpo dei centocinquantacinque chili, che ha il suo capitolo.

Quello che mi è successo in quel paese ha un nome da cinquant'anni e si chiama criminalizzazione del comportamento mentalmente disturbato. Consiste in questo: quando l'unica porta che resta aperta è quella del commissariato, tutto quello che fa il malato entra da quella porta. Lo stesso episodio è un ricovero se lo guarda un medico e una denuncia se lo guarda un magistrato. A me l'ha guardato tre volte un magistrato. Ecco la doppia condizione che nessuna aula sa reggere, malato e colpevole allo stesso tempo: lo stesso Stato che ha scritto su un foglio che io non potevo governare i miei atti mi ha poi passato la parcella dei cocci dell'incendio. Perché anche l'altra fattura, quella di soldi, è arrivata: cinque avvocati, contando quelli d'ufficio, che nemmeno loro sono gratis, e le spese dei procedimenti, che hanno fatto quasi al centesimo la stessa cifra del debito dell'anno della valigia. E la distribuzione reale delle forze è esattamente il contrario di quella che racconta il fascicolo. Lei, oggi, con una telefonata, può rimettere in moto un macchinario capace di ficcarmi un anno in un reparto. Io non posso farle niente, né voglio: non so dove vive, non voglio saperlo, e in tutti questi anni di denunce e di processi non c'è una sola lesione né un referto medico. Quella che ha il potere è lei. Quello che vive con la paura sono io. La sua paura dell'albergo è stata vera e non gliene faccio una colpa. Scrivo questo per-

ché sappia che l'uomo da cui le hanno detto che bisognava proteggerla sono cinque anni che non riesce a leggere il suo nome senza finire per prendersi una pastiglia.

Parte VI • LA LINEA SBAGLIATA

Capitolo 47 · Il medico che parlava

Mia madre teneva le visite mediche di quel mese segnate su un foglio e le cancellava man mano che si facevano. Quella primavera, tra i giudizi per direttissima e il processo dell'estate, ne è rimasta una sola senza cancellare, quella dello psichiatra nuovo dell'ospedale, e lei me l'ha ricordato così, per quella che mancava. Cambiare psichiatra mi è costato quello che è già raccontato, che strappare un trasferimento al sistema non è cosa da chiederlo e via, e per giunta l'ho chiesto con una scusa di orari, perché dire la verità (che la precedente mi aveva rotto da dentro) non stava in nessun modulo. La visita è caduta ai primi di quella primavera, di pomeriggio. Qualche giorno prima io avevo sparato a mia madre una di quelle frasi con cui un uomo si difende senza rendersi conto che si sta tradendo: che lo psichiatra lo sapeva di sicuro quello che facevo io. Non lo sapeva. Non aveva motivo di saperlo. Gliel'ho dovuto raccontare io. E quella cosa minima, assurda da quanto è piccola, è stata proprio la novità.

Quel medico non somigliava a nessuno di quelli che mi avevano avuto in cura, e la prima differenza saltava fuori dopo dieci secondi: parlava. Parlava più di qualunque altro medico che io avessi conosciuto, e lo sapeva, e lo diceva sorridendo. Io venivo da cinque anni con una psichiatra che amministrava le frasi come se ognuna le costasse soldi di tasca sua, e così mi sono passato la prima visita a fare una cosa che non facevo dalla diagnosi: parlare davvero. Senza stare a calcolare. Senza tirare fuori la versione presentabile di me stesso, quella che uno impara a montare perché in ambulatorio venga fuori tutto corretto. Lui ascoltava come ascolta chi vuole capire qualcosa, non come chi va riempiendo caselle. Separava il paziente dal disturbo, e dentro il paziente separava i sintomi di un episodio dalle decisioni di una persona, che è una distinzione che erano cinque anni che nessuno mi faceva. Mi credeva. E scriveva relazioni in cui metteva quello che era davvero successo. In quelle prime visite mi ha detto per giunta una frase che io ho ripetuto poi a un sacco di gente, perché riassume la differenza intera: che mi presentassi al pronto soccorso ogni volta che ne avessi avuto bisogno. Un malato psichiatrico a cui il suo medico dice questo ha una

porta. Nei cinque anni precedenti io non avevo una porta. Avevo una visita ogni tre mesi e un modulo.

Un giorno la seduta ci è andata da una parte non prevista e gli ho chiesto perché facesse questo mestiere.

—Perché mi sembra il lavoro più onesto che ci sia.

Gli ho chiesto di spiegarmi la storia dell'onesto.

—Perché qui dentro non si può fingere. Un paziente in pieno episodio non sta recitando. Uno in depressione non sta esagerando. Quello che c'è è quello che c'è.

Gli ho chiesto se non fosse stancante.

—Tutto è stancante. La questione è se quello che ti dà compensa quello che ti costa.

Gli ho chiesto del suo, del suo caso. Mi ha detto di sì, che nel suo compensava; che ci sono giorni in cui gli cade il cuore in terra, ma che quando qualcuno che da anni non riusciva ad alzarsi torna ad alzarsi, e tu sai di averci avuto a che fare, quello non te lo paga nessun altro mestiere. Non gli ho detto che io ero uno di quelli. Non c'era nessun bisogno di dirglielo. E c'era un'altra cosa, meno vistosa e più importante: era lo stesso uomo nella visita buona e in quella brutta, lo stesso tono, la stessa gentilezza, che entrassi io da quella porta in un modo o in un altro. Quella cosa ha un nome, coerenza, ed è parecchio più rara da trovare della competenza clinica.

Perché questa non finisca trasformata in una storia edificante, ci metto del mio il materiale che la rovina. L'inverno successivo c'è stata una mattina in cui mi sono svegliato e non sono riuscito ad alzarmi. Già nel pomeriggio lo stavo raccontando a mia sorella: che orrore, che non riuscivo a muovermi, e un minuto dopo, che la mia anima non voleva tornare nel mio corpo e che io lo sentivo. Lei gli ha dato un nome in una riga, che quella era la depressione, e mi ha proposto quello che proponeva il buonsenso, andare quello stesso pomeriggio dallo psichiatra, che mi ci portava lei, che lui aveva detto di esserci apposta. Le ho risposto di no nello stesso minuto. Ha insistito. Mezz'ora più tardi le ho detto che non credevo che quell'uomo potesse aiutarmi e che comunque non ero in condizione di parlare con nessuno. E un quarto d'ora dopo, quando mi ero già rifiutato due volte e la conversazione era andata a cercare il numero di una psicologa, mi ha scritto che malgrado tutto parlare con lui quel giorno mi avrebbe fatto bene, che è un brav'uomo e mi vuole bene. Sottolineo il dettaglio di chi lo dice: non lo dico io, lo dice qualcuno che non sono io. Mi sono di nuovo saltato

una visita che lei mi aveva chiesto, e me la sono saltata con il vocabolario del malato che ne sa più del suo medico, che dallo psichiatra si va ogni tre mesi. Cioè, la continuità non mi ha trasformato in un paziente modello. Mi ha trasformato in un paziente con un medico, che non è la stessa cosa e che è già parecchio.

C'è, con tutto ciò, una cosa che non ha fatto nessuno dei due, né la dottoressa dell'ambulatorio né lui. Nessuno mi ha mai spiegato che cosa mi stesse succedendo. Sul piano tecnico è arrivato tutto: è arrivata la diagnosi, è arrivata la terapia, sono arrivati i nomi clinici. Quello che non è mai arrivato è il pratico. Che cosa significa, in una vita, avere un tipo uno. Come si riconosce la faccia di un prodromo. Che cosa si fa quando il sonno comincia a saltare. Come si racconta questa roba ai tuoi perché, invece di scappare via, sappiano darti una mano. Quella cosa ha un nome, si chiama psicoeducazione, ha dietro prove solide (riduce i ricoveri e migliora la prognosi) e nella sanità pubblica non esiste nessun protocollo per dartela: lo psichiatra gestisce la terapia e firma le carte, e lo psicologo, quando te lo assegnano, dispone di mezz'ora ogni tre mesi. La mia me la sono data io. Leggendo, incrociando le mie stesse relazioni, mettendo insieme i pezzi alle tre del mattino, e poi nell'associazione. Trentatré anni ad aspettare che qualcuno desse un nome a questa roba, e altri sette finché non ho scoperto per conto mio che cosa volesse dire quel nome. Lì c'è anche la battuta del modo più economico di farsi, quella di non dormire: il mio predittore di episodio, detto ad alta voce davanti a dei medici per anni senza che nessuno, e mi ci metto dentro, lo raccogliesse da terra.

E non lo rimprovero soltanto a quelli che se ne sono andati, che avevano la risposta a cinque secondi da un motore di ricerca. Lo rimprovero all'ambiente intero intorno a me, che funziona con una buona volontà che gli avanza e con una conoscenza che nessuno si è preso la briga di dargli; e lo rimprovero a me, che avevo quella parola scritta in una relazione da anni senza capirla. Bipolare è una di quelle parole che tutti danno per sapute perché le hanno sentite mille volte e perché suonano come due cose, sopra e sotto. Nessuno cerca sul dizionario quello che crede di sapere già.

Quindi lascio qui insieme, ordinato e senza epica, quello che invece ha funzionato, nel caso serva a qualcuno con questa diagnosi o a qualcuno che voglia bene a una persona che ce l'ha. Primo, uno psichiatra che mi guardava, e non lo dico per impressione mia: l'alleanza terapeutica è tra i predittori di esito più solidi che ci siano in salute mentale. Secondo, una terapia lunga che è scesa in

cantina, nei tredici anni, nell'abbandono, nella vergogna, e che invece di comprensione generica mi ha dato strumenti da usare e buttare, di quelli da tasca: veder arrivare un prodromo, distinguere un'idea da un impulso, fermare la mano prima di mandare il messaggio. Terzo, una donna che invece di misurarmi la colpa mi misurava il sonno, e di lei parlo al posto suo. Quarto, buttarlo fuori per iscritto, cantato e registrato. E quinto, sapere quello che ho: che l'irritabilità è un sintomo e non il mio carattere, che se dormo quattro ore per tre notti di fila bisogna alzare la cornetta, che l'euforia delle idee geniali alle tre del mattino non è ispirazione ma avvertimento. Nessuna di queste cinque cose è forza di volontà. A me la volontà non mancava. Mi mancavano quelle cinque cose, e appena le ho avute addosso, il comportamento che tutti appendevano al mio carattere se n'è andato da solo, senza che nessuno dovesse sforzarsi di correggerlo. A nessun diabetico dicono che con più carattere gli calerebbe la glicemia. A noi lo dicono ogni giorno. Per la prima volta da quando mi avevano dato il nome, la terapia significava qualcosa che non era la paura delle conseguenze. Il litio continuava a sapere di moneta vecchia, ma ingoiarlo aveva smesso di essere obbedienza per diventare un'altra cosa: cura.

Capitolo 48 · Centocinquantacinque chili

Centinaia di ore di straordinario in meno di tre anni. Reperibilità, disponibilità a qualunque ora del giorno e della notte e un cliente che non aveva orari, perché nemmeno i sistemi ne hanno e a nessuno viene in mente che una macchina aspetti fino a domani. Io rispondevo alle mail dalla stanza accanto di quella casa mia in cui si consumava e pagavo io, dal divano dove non dormivo, dalla paura fissa della sentenza che stava per arrivare. Su chi si rompe si precipitano tutti; di chi regge non si occupa nessuno, e non se ne occupa nessuno proprio perché regge. Nemmeno i soldi di quelle ore sono serviti a qualcosa di buono: se ne sono andati aappare i debiti che quella casa andava generando.

Prima di quell'inverno c'è stato un autunno, quello subito dopo la sentenza, e in quell'autunno ho conosciuto una donna. Ci ha presentati un amico comune, abbiamo parlato per un mese e sono andato a trovarla, quattro giorni nella sua città, lontano dalla mia. Per arrivare fin là ho dovuto spezzare l'agorafobia, che erano tre anni che non mi lasciava varcare la porta di casa. Lei aveva il suo abisso, ed è l'unica cosa che mi spetta raccontare di lei; io non ho saputo leggerglielo, perché un uomo così solo e così sull'orlo non guarda l'etichetta del salvagente. Mi ha salutato con un bacio, come se dovessimo rivederci presto, e appena sono tornato ha smesso di parlarmi senza dire una parola. Proprio in quelle settimane, mentre io digerivo la sentenza. Le sparizioni mi entrano dritte nella ferita dell'abbandono: non le vivo come una scortesia, le vivo come un grilletto. Sono arrivato a prendermi un ansiolitico perché un amico da giorni non mi rispondeva, e si è scoperto che era solo preso. L'abbandono non mi ha lasciato una cicatrice. Mi ha lasciato un allarme che scatta da solo.

Centocinquantacinque chili. È questo che hanno segnato sulla bilancia dell'ospedale del nord quell'inverno. E di quei giorni di feste c'è una mia frase che colloca meglio di qualunque altra dove stavo io prima che il polmone mi obbligasse a fermarmi. Mia sorella mi rinfacciava che avevo bevuto e io mi difendevo con l'argomentario completo: che era stata una bottiglietta piccola di rum, che l'alcol libera le emozioni, che quella roba non era lo sbandamento che

stava dipingendo lei. Nello stesso minuto stavo già facendo progetti, che tra tre giorni mi arrivava il tapis roulant e mi mettevo a dieta stretta, e che magari le feste dell'anno dopo le passavo con Claudia, che quell'anno era cruciale. E tre minuti più tardi, senza nessuna transizione, mi è scappato questo: che perfino l'embolia, che tanto morire mi era indifferente. L'ho scritto come chi fornisce un dato di contesto. E attenzione alla sfumatura, perché non è che io volessi morire: è che mi era indifferente, che è un'altra cosa ed è peggio, perché quella roba non ha urgenza, non allarma nessuno e non chiede aiuto. Un uomo a cui è indifferente morire non si butta da una finestra. Ingrassa cinquanta chili, fa straordinari senza fermarsi, non esce di casa, lascia entrare dalla porta quello che entra e continua a rispondere alle mail. E ci mette sei ore ad andare al pronto soccorso con un trombo in tutti e due i polmoni. Un uomo a cui era indifferente morire che faceva progetti per le feste dell'anno dopo con sua figlia. Non lo so dire meglio.

È stato un martedì di inizio inverno ed è cominciato come una contrattura, un dolore strano al petto. La mattina sono stato al pronto soccorso con mia madre, e quello che ci siamo scritti mentre io aspettavo dentro misura con precisione da laboratorio quello che io capivo del mio stesso stato. Lei chiede se ho fame. Io le dico che ho una fame da lupi. Lei si offre di farmi un panino con tacchino e formaggio e si corregge da sola, che per il momento non posso mangiare niente. E allora sono io a proporre il programma del pomeriggio: che uscendo dal dentista possiamo fermarci a mangiarci un hamburger. Un tromboembolismo in corso e io che penso all'hamburger del ritorno. Alle quattro è passata a prendermi Sonia e mi ha portato all'ospedale del nord, e il medico del pronto soccorso ha sparato la frase completa, tromboembolia polmonare bilaterale massiva, con quella serietà di chi ti sta dicendo che sei passato a millimetri dal non esserci. Mi ha chiesto da quanto avessi quel dolore e gli ho detto dalla mattina. Mi ha chiesto perché non fossi venuto prima, e mentre cercavo una risposta mi sono passate dentro quelle vere: la paura degli ospedali fabbricata in anni di ricoveri con le cinghie, l'impossibilità di separare un'emergenza reale dal rumore di fondo che produce una testa come la mia, l'agorafobia. Gli ho risposto che non avevo saputo riconoscerlo. Mi hanno messo gli anticoagulanti, mi hanno tenuto ricoverato otto giorni e mi hanno detto che ero stato fortunato. Da lì mi sono portato via un dettaglio che non mi va più via: il deodorante del beauty era lo stesso che mi avevano portato nei ricoveri di psichiatria, e ho dovuto chiedere a mia madre di comprarmene un altro. Quattro anni di cinghie e di corridoi infilati

dentro un odore, e sparati in un reparto di pneumologia da una bomboletta che qualcuno aveva messo in un beauty con la migliore intenzione del mondo. Il giorno delle dimissioni mia madre, che è ormai una donna anziana, mi ha mandato due link di fila: uno sul rischio di morire di embolia da fumatore e un altro su come smettere di fumare dopo un'embolia.

E che cosa ha fatto l'azienda con un tizio appena uscito dall'ospedale dopo essere rimasto a millimetri? Niente. Sei giorni dopo le dimissioni ero già in settimana di reperibilità e mi hanno svegliato alle sei e mezza per risolvere un guasto. Dopo due settimane, con l'eparina ancora in corpo, facevo interventi alle sette del mattino e a mezzanotte, e mi sono perso con i miei la cena grande di quelle feste perché è saltato un allarme e quello di turno ero io. Quando il sistema vede che reggi non ti toglie peso di dosso: te ne mette altro, per vedere da che parte esplode. E non mi ha obbligato nessuno, che quella è la parte che tocca a me, perché il primo che non sapeva fermarsi ero io. Da quel mondo non ha chiamato nessuno, e perfino quello ha una spiegazione: quelli che ti stanno intorno non spariscono perché abbiano smesso di voler bene al malato, spariscono perché non reggono quello che provano quando ce l'hanno davanti, e nel mio caso ci si somma lo stigma di cortesia di cui ho già parlato. Con un trombo nell'arteria polmonare la gente ti porta i tupperware. Con quello che veniva dietro il trombo, no. E la cosa migliore di quel mese non è successa in nessun ospedale: dieci giorni dopo essere entrato al pronto soccorso ho saputo che cosa aveva risposto mia figlia quando le avevano chiesto che cosa volesse per il compleanno. Niente, che aveva già tutto quello che voleva. Io avevo i polmoni pieni di coaguli e un anno di internamento impugnato, e lontano da qui una ragazzina che conosco appena diceva che non le serviva niente perché aveva già tutto. È l'unica cosa che qualcuno ha fatto bene in tutta questa storia, e non l'ho fatta io.

L'agorafobia, che vado nominando da capitoli e capitoli, era esattamente questo. Aprire la porta di casa mia richiedeva una preparazione che poteva portarmi via delle ore: il cuore che saliva ancor prima di toccare la maniglia, il corpo che fabbricava cortisolo per una situazione che la testa sapeva perfettamente non essere pericolosa. E la paura non era incrociare qualcuno. La paura era che mi vedessero. La paura era il mio corpo. Dei ragazzini mi hanno gridato ciccione dal marciapiede di fronte e mi hanno tenuto settimane senza scendere in strada; e quando mia sorella mi ha chiesto di andare a Barcellona a trovarla, le ho messo per iscritto che non potevo andarci e reggere gli sguardi, che facevo pena e schifo, che non volevo che mi vedessero così. Quello sono io a trentotto anni,

che dico parola per parola quello che avrei detto a quattordici durante la ricreazione. E questo stesso corpo in un altro tempo ha sollevato più di duecento chili da terra e faceva flessioni in verticale. Dalla verticale all'ansimare sul divano: è questa la distanza, e la sensazione di essere intrappolato dentro la propria carne non la auguro a nessuno. Per giunta il meccanismo si mantiene da solo, senza aiuto: l'evitamento toglie l'ansia all'istante, ed è per questo che si rinforza; ogni giorno che non esci, il tuo cervello annota che non uscire ha funzionato, e l'asticella per uscire domani resta un po' più in alto. Nessuno decide di rinchiudersi in casa. Uno si sveglia un giorno rinchiuso, senza aver preso nessuna decisione.

Tutto questo ha un nome, ed è il nome che chiude il circuito tra il tribunale e la bilancia: carico allostatico, il logoramento che lascia in un corpo il tenere accesi per anni di fila i sistemi di risposta allo stress. Il cortisolo non sale perché vivi triste. Sale per minaccia sostenuta e irrisolta, che è la definizione letterale degli anni precedenti a quel corridoio del pronto soccorso: anni di carcere chiesti per iscritto, quattro denunce insieme, due giudizi per direttissima, un blocco senza spiegazione, un gruppo in cui si distribuiva il mio nome, e sotto l'agorafobia e gli antipsicotici che facevano il loro lavoro con il metabolismo. Un ricercatore americano si è passato anni seduto in un tribunale di cause piccole e l'ha riassunto in quattro parole: il processo è la pena. A me non ha cambiato la vita nessuna sentenza. Me l'ha cambiata la busta. E l'ho guardato con una calcolatrice davanti, perché anch'io per anni mi sono bevuto che un grasso è un pigro con la bocca aperta. Sessantacinque chili in tre anni e nove mesi fanno un chilo e mezzo al mese, e un chilo e mezzo al mese lo produce uno squilibrio di trecento calorie al giorno. Trecento calorie: un bicchiere di latte. Lì non ci sono state abbuffate né nessun crollo morale. C'è stato un corpo con cortisolo cronico, che dà l'ordine di immagazzinare grasso nel caso arrivi un'altra crisi; degli antipsicotici che staccano la sazietà; una depressione, che non è tristezza ma il collasso dei mille movimenti piccoli di una giornata; un'agorafobia; il sonno rotto; e l'alcol. Cinque cose che spingevano nella stessa direzione per quarantacinque mesi di fila. Con quella roba non serve nemmeno mangiare male. Basta restare vivo. Un animale ferito non si gonfia per gola: resta fermo, e si gonfia. E l'embolia non è stata sfortuna, è stata aritmetica: sangue che non circola perché il corpo non si muove, obesità grave e l'antipsicotico stesso spingevano tutti e tre verso lo stesso coagulo. Quella cosa non ha interrotto la storia. L'ha finita, e mi ha lasciato scoagulato per il resto della mia vita. Sia chiaro che

cosa sto dicendo e che cosa no. Questa fattura non la passo a Marta, che ha firmato la sua denuncia con l'unica informazione che aveva davanti, la voce di un uomo che la minacciava. La passo all'apparato: a quello che non distingue, a quello che ci mette anni a decidere quello che un medico legale aveva scritto su un foglio, e che nel frattempo si fa pagare in polmoni e in chili.

Capitolo 49 • La gattina

Quando l'episodio di quell'inverno si è spento del tutto e sono rimasto a guardare quello che c'era intorno (una casa a cui il consumo era entrato nei muri, un canale pieno di video, la polizia che saliva a suonare il campanello), mi è caduta addosso una conclusione che non è stata una resa ma un conto: non potevo continuare a vivere da solo. L'appartamento aveva smesso di essere un appartamento da mesi. I debiti di quell'autunno pesavano più di quanto lo stipendio reggesse pagando per giunta un affitto. E a un cervello che aveva appena fabbricato quei video non si può chiedere di vivere senza una rete sotto. Così ho cacciato Chapa, ho cacciato la ragazza che viveva allora con lui e l'amica che era arrivata con lei non c'è stato bisogno di cacciarla, perché se n'era già andata da sola. E smontando la casa, mettendo nelle scatole il poco che ci stava e buttando il resto, ho dovuto prendere la decisione più dura di quell'anno, che non compare su nessuna carta di nessun tribunale.

C'era una gattina. Piccolissima. L'avevano trovata alla fine di quell'autunno sotto una macchina, un giorno di pioggia, fradicia, che miagolava con quella voce acutissima del gatto che è da troppe ore che nessuno gli risponde, e l'abbiamo portata su in casa. L'abbiamo adottata in tre, il nome gliel'ha dato lei, e le abbiamo comprato una lettiera piccolissima che abbiamo messo accanto a quella di Kira. È esistita in quella casa come esistono le cose piccole in mezzo al disastro: nonostante il disastro, mai grazie a lui. Tra il rumore che c'era in quel salotto e le notti di chitarra, lì viveva un animale di mezzo chilo capace di addormentarsi sopra qualunque cosa fosse calda. E quando quella roba si è dissolta, non potevo portarmela via. Io tornavo nel salotto di mia madre, di nuovo alla branda, e ci tornavo con Kira, che ormai era mia ed era già grande. Due gatte in quello spazio, una delle due cucciola, con la testa che avevo io allora, non era un'opzione vera per quanto mi facesse scoppiare. Le ho cercato una casa buona. Gliel'ho trovata: gente che le voleva bene. Ho fatto quello che andava fatto e mi ha fatto esattamente lo stesso male che se avessi fatto il contrario.

Sono atterrato nel salotto di mia madre all'inizio di quella primavera, sfinito, rovinato da quello che si era lasciata dietro quella casa e ficcato in una depressione postpsicotica che non somigliava a nessuna delle precedenti. Ci ho messo un anno abbondante a rimettermi in piedi, e ci sono riuscito per mano del mio psichiatra, che è già raccontato, e a forza di una cosa che non ha nessuna epica: routine. Lavorare. Dormire. Quella della mattina e quella della sera. Pagare i debiti dell'appartamento uno per uno con gli straordinari che ho già raccontato. Se qualcuno prende quell'anno e lo misura con i messaggi del telefono davanti, quello che gli esce è un archivio noiosissimo: il volume a metà, le notti spente, due o tre persone che parlano ogni giorno di cose senza importanza. E dopo tutto quello che ha scritto finora questo libro, un archivio noioso è esattamente la prova che qualcosa stava andando bene.

Conviene raccontare anche come si viveva quella roba dall'altro lato, che è il lato suo. Convalescente e a comporre senza sosta, io parlavo. Parlavo a tutte le ore, che ci fosse qualcuno davanti o non ci fosse, e i messaggi che mi ha scritto mia madre in quei mesi, letti oggi uno dietro l'altro, sono una cosa sola detta in mille modi diversi: che stessi zitto. Che se potevo abbassare la musica, per favore, che come faceva lei a fare una riunione con quel frastuono. Che adesso che io avevo dormito, se avevo intenzione di rompere le scatole a lei tutta la notte. E un minuto più tardi, una parola sola: zitto. Che smettessi con la verborrea incontenente, che abbassassi la voce o stessi zitto una buona volta. E la più sua di tutte, una sera, chiusa con la sua faccina di sfinimento: che potevo calmarmi, che non stava meditando. Questa è una donna anziana che convive con la logorrea di un figlio in stato misto, e che gliela dice come gliela dice una madre: male, tardi e con tutta la ragione del mondo. Sono un libro intero a spiegare che l'irritabilità è un sintomo, quindi tocca dire anche l'altra cosa: lo è anche la verborrea, è tra i sintomi che più logorano chi vive con te, e la persona che l'ha sopportata di più non l'ha scelta e non ha avuto nessuno che gliela spiegasse.

E in mezzo a tutto quello c'era una gatta. Kira è arrivata anni prima, nell'autunno delle denunce: mia sorella l'ha sentita miagolare vicino a casa sua e ha pensato a me prima ancora di chinarsi a raccogliarla, perché in questa famiglia tutti i gatti sono usciti dalla strada. La casa si è riorganizzata intorno a lei in quattro giorni. Il terzo mia madre era già sul divano con la gatta addormentata addosso; il quinto mi chiedeva ogni quanto è consigliabile cambiare la sabbia della lettiera. È una tartarugata, con l'arancione, il nero e il bianco distribuiti da qualcuno che non aveva regole chiare sulla simmetria, un musetto picassiano

che ho impiegato giorni a guardare davvero. Quando finalmente ci ho fatto caso mi è sembrata la cosa più incantevole che avessi visto da parecchio tempo. E di quelle prime settimane c'è una conversazione che ho registrata per intero.

—È una buona cosa avere una gatta? —mi ha chiesto.

—Sì.

—Perché?

—Perché non mi chiede di spiegarle niente. Pretende solo calore e cibo.

—Anch'io pretendo quello.

—Tu pretendi spiegazioni.

—Sì.

—Le tue sono benvenute.

Mia madre ha sorriso. Un gatto non cura niente. Non ha la minima idea di che cosa sia un disturbo bipolare. Ti sale sulla coscia, te la impasta con le zampe davanti e lì finisce la sua scienza. Quello che fa è un'altra cosa: ti tiene attaccato a una routine minima, dargli da mangiare, pulirgli la lettiera, aprirgli quando graffia la porta, e quella routine minima, nei giorni in cui non esiste nessun'altra ragione per alzarsi dal letto, è a volte l'unica ragione per alzarsi dal letto. Un gatto non sa che ti sta salvando la mattinata. Te la salva lo stesso.

Torno alla gattina che ho dovuto dare via, perché non la racconto come aneddoto tenero. Il disturbo bipolare è, prima di qualunque altra cosa, un disturbo di perdita. Se ne vanno amici, compagne, soldi, salute, lavori, case e anni che non tornano, e a ogni episodio perdi tutto un'altra volta e ricominci da zero. Ma ci sono due specie di perdita che non somigliano per niente a un funerale, e questa malattia le produce a badilate. La prima è la perdita ambigua, quella che ho lasciato annunciata quando ho raccontato la storia del podcast, quella che non ha corpo né certificato e che proprio per questo non si chiude mai: una figlia che cresce lontano e nelle foto; Marta lontana e al telefono; Toby, il mio cane, vivo per cinque anni e mezzo in un'altra casa; una gattina di mezzo chilo che sta benissimo, con gente che le vuole bene, in un appartamento che non è il mio. La seconda ha un nome ancora peggiore, lutto non riconosciuto, ed è quella che vince su tutte: il dolore per qualcosa che nessuno riconosce come una perdita. A nessuno viene in mente di farti le condoglianze per un gatto che hai dovuto regalare. Né per un cane che è morto a casa della donna che ti ha denunciato. Né per la vita che avevi prima che la malattia se la portasse via, né per la persona che eri prima che ti dessero il nome. E un lutto che non puoi piangere davanti a nessuno non si fa: resta lì dentro. Ecco perché ai malati come me si vanno accu-

mulando i morti senza funerale. Ed ecco perché una gattina, che guardata da fuori è una sciocchezza accanto a un tribunale, nell'archivio della mia testa pesa quanto un tribunale.

Un anno e passa dopo quel salotto mi sono trasferito in una casa tutta per me, la prima da molti anni che non era il salotto di nessuno né un appartamento pieno di gente rotta, con Kira da copilota sul sedile della macchina. Dalla mia finestra si vede la montagna. Esco con il caffè in mano e tutte le mattine penso la stessa cosa, e non penso alla montagna: penso a quello che ho dietro quando mi giro. Quello che mi fa paura l'ho già scritto nella prima pagina, che mi rinchiudano e resti senza Laia e senza la mia gatta. A Laia, se mi rinchiudono, qualcuno lo spiegherà. Prenderà un treno, o la macchina, si siederà sulla sedia di un reparto e si metterà a contare i giorni, che è quello che fa lei. A Kira non glielo spiegherà nessuno. Una gatta non sa che cosa sia un'aula di tribunale né un anno di internamento. L'unica cosa che sa è che un giorno esci dalla porta come sei uscito mille volte e che questa volta non torni. E si siede ad aspettare. E continua ad aspettare. È questo che mi rivolta lo stomaco alle otto del mattino, con la montagna davanti e la tazza in mano: che una gatta resti ad aspettare sulla porta un uomo che si sono portati via perché era malato.

E allora mi dico che oggi no. Che oggi ci sono tutte e due. E mi bevo il caffè, e basta.

Capitolo 50 • Senza linea retta

Prima le canne, poi il tabacco, poi l'alcol. È questo l'ordine in cui se ne sono andati, ed è l'ordine in cui sono arrivati al traguardo, non l'ordine in cui hanno corso, perché nessuna delle tre corse è stata in linea retta. Le racconterò con tutte le loro curve per due motivi: perché la favola che si smette di bere a colpi di carattere ha fatto male a un sacco di gente, e perché il mio carattere bastava a reggere dei tratti, mai a reggere degli anni.

Le droghe sono rimaste tutte dentro quell'appartamento il giorno in cui ho chiuso la porta, e da allora non è entrata nel mio corpo né una riga né una pastiglia che non arrivi in una scatola con il mio nome stampato sopra. Le canne hanno resistito più a lungo, perché accanto al resto una canna non sembra niente, ed è esattamente lì che si nasconde. Si nasconde anche dietro l'alibi più vecchio del mondo, che io avevo montato e montato bene un pomeriggio, appena uscito dall'ospedale dell'embolia, quando mia sorella ha visto quello che stavo pubblicando e mi ha scritto che mi stava partendo la brocca e che tagliassi con il consumo, per favore. Io le ho risposto con l'argomentario dell'artista: che metà dei pezzi li avevo scritti con il vino e con l'erba, che ero un Bukowski, che sotto effetto scrivevo meglio e sentivo più intensamente. Lei ha risposto che il problema era proprio quella scusa, perché con quella scusa uno consuma di più e non smette mai; che ero fuso; e che il loop non me lo avrebbero tolto le droghe. Le canne sono state la prima cosa della lista e l'ultima delle droghe, ormai nella casa nuova, e non sono capace di ricordarmi il giorno. Quello che ricordo è l'alibi, che suona convincente fino al secondo esatto in cui smetti di averne bisogno.

Il tabacco è caduto dopo, un autunno, e di quello voglio raccontare una cosa che mi ha preso di sorpresa. Da allora il caffè della mattina lo prendo senza sigaretta e non mi manca. Per niente. Quella sigaretta era quella buona, l'unica che mi piacesse davvero, ed era buona per un motivo che non aveva a che fare con il tabacco: me la fumavo con Marta. Lei con la sua tazza e io con la mia, il fumo tra le due, e la conversazione delle otto del mattino, che era la migliore

della giornata. Senza di lei davanti, la sigaretta non valeva niente. Non mi manca quella con lei, perché quella so già che non torna. E quella in sé si scopre che non era niente.

L'alcol è la curva lunga. Il primo giorno senza bere l'ho annunciato a mia sorella quella sera stessa, nella primavera prima del processo del paravento, e il bollettino che le ho mandato dà la misura esatta di dove stesse l'asticella: che mi ero fatto la doccia, che non avevo toccato alcol e che ero stato benissimo in tutti i rapporti con la gente. Dopo pochi minuti le ho sganciato il motivo vero: che non potevo presentarmi alcolizzato a quel processo. Cioè, dalla bottiglia non mi ha allontanato la salute. Mi ha allontanato guardarmi allo specchio e fare il conto che con quella faccia in un'aula di tribunale non si entra. E perfino l'origine di quella roba ha la sua spiegazione, perché il giorno prima avevo bevuto per il compleanno di Marta. Poi cominciano i denti di sega. Tre giorni dopo quel primo giorno riuscito, mia sorella doveva ancora pregarmi per favore di fermarmi. Durante le feste si è rotto un'altra volta, e quando lei mi ha risposto con il tono con cui rispondono le sorelle, le ho detto di non parlarmi con quel tono di delusione, che il primo deluso ero sempre io. Mesi dopo ho scritto la frase che riassume quei due anni meglio di qualunque cosa possa aggiungere io adesso: porca miseria, che schifo l'alcol, quanto è difficile. Quella è stata la volontà a mani nude. Giorni riusciti, ricadute sparse, di nuovo il giorno uno, e un uomo che supplicava sua sorella di non mettergli quel tono.

C'è stata ancora una scivolata, e ne è stata una. Mi ero appena trasferito nella casa nuova, e un trasloco, a una testa come la mia, disordina gli orari di tutto insieme: il sonno, i pasti e le pastiglie. Per giunta ci è cascato in mezzo il compleanno di Marta. Quello che ho fatto in quei giorni non è stato andarmene a far festa: è stato provare a farle arrivare delle scuse, perché avevo bisogno di chiudere quella storia, e quello che mi è tornato indietro va nel suo capitolo. Quello che conta qui è che nella mia malattia una scivolata non è un bicchiere. È la prima tessera di una fila che io ho visto cadere per intero quattro volte. L'alcol se n'è andato davvero dietro al tabacco, quello stesso autunno, e se n'è andato come se ne vanno le cose quando finalmente se ne vanno: in una conversazione con mia sorella su un cesto natalizio, infilato nella stessa frase della carne di maiale, con una faccina che ride alla fine, che né maiale né alcol.

E se l'alcol è la sostanza di questo libro è per una ragione precisa. La gente crede che rilassi. Non rilassa: disinibisce. Spegne esattamente lo stesso freno che in una fase alta viene già spento di fabbrica, quindi non somma, moltiplica.

E non è nemmeno vero che con il bicchiere esce fuori quello vero. Il fatto è che non resta nessuno di guardia. Io non dico che le droghe mi abbiano fatto questo. La mia roba veniva dalla nascita; loro sono state il fiammifero. E sia chiarissimo, perché non ho intenzione di scivolarci sopra: il primo bicchiere l'ha alzato la mia mano, tutte le volte. Dal ventesimo in poi non restava più nessuno a cui chiedere niente.

Il disulfiram è arrivato per ultimo, e non è arrivato dopo una ricaduta: è arrivato prima. Quell'inverno mi è finito il progetto e sono finito in malattia, e con il progetto se n'è andata l'ultima struttura che mi teneva ferme le ore. Quello che bisogna raccontare qui è che ho saputo due cose nello stesso momento. Una, che mi sarei scompensato. Due, che appena mi fossi scompensato sarei tornato a bere. L'ho letto nel mio stesso fascicolo come si legge un manuale: colpo sul lavoro, insonnia, pensiero sparato, e proprio nel punto in cui la testa comincia a correre, la bottiglia per provare a frenarla. Mia sorella lo stava vedendo come lo vedevo io, e me l'ha detto con le sue parole, che non mi venisse in mente di mettermi a bere, eh. Così ho fatto una cosa che qualche anno prima non avrei nemmeno saputo immaginare: ho chiamato il mio psichiatra e gli ho chiesto il farmaco prima che fosse successo qualcosa. Un lunedì gli ho letto ad alta voce una relazione che avevo redatto io stesso, e che quella mattina stessa ho mandato anche a mia madre, a mia sorella, a mio fratello e a Laia. Diceva che avevo bisogno di fermarmi subito per prevenzione, con la parola scritta in maiuscolo; che non avevo toccato il fondo, ma che proprio perché ero lucido individuavo segnali di rischio, un risveglio di colpo alle cinque e mezza con tachipsichismo e la testa che rimuginava in loop il lavoro e la sentenza; e che non ero depresso, che ero in allerta, di nuovo in maiuscolo. Quello è un uomo che chiede il permesso di frenare. Ed è la prima volta in vita mia che la parte di me che sorveglia è arrivata prima della parte di me che brucia.

Dopo pochi giorni mi sono scompensato, e quello che è venuto dietro è finito nel ricovero che ho chiesto io, che anche lui ha il suo capitolo. Ma non ho bevuto. Nel peggio di quel tratto ho scritto a un'amica l'unica frase di tutta questa storia che è un risultato: che era più di un mese che prendevo la pastiglia e che non avevo più bevuto una goccia. La pastiglia non mi ha liberato dall'episodio, perché dall'episodio non libera niente. Mi ha liberato da un episodio con l'alcol dentro, che è la versione dell'episodio che mi ha ficcato nei tribunali. La meccanica non ha misteri: se bevi, il corpo ti si mette contro nel giro di minuti. Non ti chiede volontà. Ti chiede di esserti ingoiato quella pastiglia la mattina. È toglie-

re la decisione dalle tre di notte, che è l'ora in cui io non vinco nemmeno una discussione, e metterla alle otto, davanti a mia sorella, che da quell'inverno mi gestisce tutta la terapia. Nella mia cucina ci sono due bicchierini da shot che non avranno più liquore dentro finché io campo: in uno ci sono le pastiglie della mattina e nell'altro quelle della sera.

L'altra cosa che la gente mi appende al carattere senza che sia carattere è l'irritabilità. Da fuori si vede soltanto un tizio che all'improvviso risponde con un'asprezza che non ha chiesto nessuno. Ma è un sintomo, sintomo tanto quanto l'insonnia. Nella mania e negli stati misti l'allarme arriva ipersensibile e il freno arriva tardi e debole: la scintilla diventa più grande e l'estintore più piccolo, e allora un commento che a freddo non mi sfiorerebbe nemmeno lo ricevo come un'aggressione. Il detonatore principale è il sonno. A forza di mazzate ho imparato che l'irritabilità è il mio avviso numero uno: appena mi scopro a rispondere male senza motivo, tocca guardare quanto ho dormito e tocca chiamare il medico.

E l'irritabilità non discrimina nessuno. Non sceglie per sesso, né per affetto, né per gerarchia. Ho parlato male a Marta, sì, e da lì è uscito un procedimento giudiziario. E ho parlato altrettanto male a mio fratello, e a mia madre, e agli amici. Una notte, quando io e Gabriel vivevamo insieme, sono arrivato a casa ubriaco fradicio e mi sono messo a insultarlo. Lui si è avvicinato e mi ha dato uno schiaffo. Uno solo. Senza discorsi. Mi è caduta la mascella per terra, perché non me lo aspettavo e perché sapevo perfettamente che me l'ero guadagnato in pieno. È uno dei due unici ceffoni che ho ricevuto in vita mia. L'altro me l'ha dato mio padre, avrò avuto nove anni, il giorno in cui ho dato del figlio di puttana a mio fratello: l'unico schiaffo di tutta la sua vita, accompagnato da una frase che non mi si è mai cancellata, che mia madre non era nessuna puttana. Tranne quella volta, non ci ha mai messo un dito addosso, e mi rifiuto che la malattia e la fine se lo portino via anche nel ricordo.

Se lo racconto al passato è per un motivo: oggi di irritabilità non mi resta quasi niente, e il merito non è della mia buona volontà, è della chimica messa a posto. Con il litio al suo posto, senza una goccia di niente e con il sonno curato, la soglia è tornata all'altezza che le spetta e le cose mi scivolano addosso come scivolano a chiunque. È questo il miglior termometro che ho per sapere che sto bene: che ormai non salto quasi più. Dico quasi perché a volte quello che prendo per dormire mi lascia il giorno dopo un puntino di scorbutico, e la differenza rispetto a prima è che adesso lo identifico al volo, gli do un nome dentro di me

(questo non sono io, questa è la pastiglia) e lo taglio prima che esca dalla bocca trasformato in una brutta risposta. E i giorni in cui non lo becco io per primo, lo becca Laia. Mi dice che sono di nuovo irritabile. Senza drammi.

Capitolo 51 • Lidia, di nuovo

Quando quella storia è stata archiviata, io e Lidia abbiamo smesso di parlarci normalmente. È rimasto un messaggio sparso ogni tanto, e silenzi sempre più lunghi tra uno e l'altro. L'archiviazione non ha chiuso nessuna ferita: l'unica cosa che ha fatto è stata farla smettere di sanguinare sulle carte. A un certo punto lei ha cambiato numero e il canale si è spento del tutto. Più di due anni senza niente. Di quello che è successo a lei in quel tempo racconterò solo l'indispensabile perché si capisca quello che è venuto dopo, perché la sua storia è sua e non mia: Lidia ha attraversato un episodio. Non le è arrivato da dove arrivavano a me i miei, né da nessuna sostanza, e mi ha corretto con tutta la ragione il giorno in cui io l'ho insinuato. La sua roba è venuta dal fervore, da un'esperienza spirituale così intensa da restare senza paratia, fino al punto in cui la realtà di tutti i giorni smette di servire da riferimento. Questa volta quella che ha perso il pavimento è stata lei. Quella che sapeva che cos'è perderlo e non avere la minima idea di come ci si torni.

Un pomeriggio di inizio estate, appena traslocato, mi è entrato un messaggio da un numero che io non avevo salvato: che ciao, Marcos, come stavo. Ho risposto nello stesso minuto, e la prima cosa che mi è uscita è stata restituirle la domanda, che come stava lei, cara amica, che mi sentivo malissimo per l'ultima volta che ci eravamo parlati e che non avevo avuto il coraggio di cercarla. E dietro, a raffica, il bollettino di cinque anni infilato in sette righe: che stavo bene, che avevo lasciato le droghe per sempre, che vivevo da solo con la mia gatta, che ero felice. Lei mi ha spiegato perché aveva scritto: che aveva fatto uno di quei suoi sogni e con quello il presentimento che ormai fosse il momento di sbloccarmi. Due minuti dopo le ho confessato che avevo appena pianto un po', e le ho detto perché, perché a suo tempo le avevo voluto molto bene e perderla aveva fatto male, come ha fatto male tanta gente che se n'è andata in quegli anni. E lei, il minuto seguente: ma no, che non mi aveva perso. Che aveva solo avuto bisogno di tempo.

Dieci giorni più tardi mi ha chiesto se secondo me ci avrebbe fatto bene vederci, e in quella conversazione ci è uscita a tutti e due la stessa cosa, ciascuno per conto suo e quasi insieme. Io ho detto che sarebbe stato come fare pace con il mio passato torbido e folle. Lei, un minuto dopo, ha detto che anche lei aveva bisogno di fare pace con quel passato. Ci siamo visti un giovedì di quell'estate al tavolino di un bar, e non c'è stato un solo secondo di imbarazzo: c'è stato un abbraccio. Un abbraccio che non finiva, e tutti e due a piangere lì dentro senza bisogno di spiegare niente all'altro. Poi mi ha detto quello che si teneva dentro da tempo. Che adesso sì sapeva che cos'è un episodio. Che non avrebbe mai potuto saperlo davvero senza averlo vissuto. Che lei aveva creduto di capirlo a suo tempo, perché aveva letto e aveva ascoltato, ma che capire un episodio da fuori e capirlo da dentro sono due cose diverse, e che tra le due c'è tutto. Ho pianto anch'io. Quando qualcuno ti riconosce finalmente quello che sono anni che vai spiegando a gente che non ha nessuna voglia di ascoltarlo, ti cade dal petto un peso che non sapevi nemmeno fosse ancora lì. A Lidia è servito perdere il pavimento per credermi. Quel pomeriggio non ha dovuto chiedere scusa nessuno dei due. Le scuse sono state nell'andarci.

Da allora ci parliamo quasi tutti i giorni. Lei non vive più qui, è tornata nel suo paese, e continuiamo a essere amici con migliaia di chilometri in mezzo, che è un modo piuttosto onesto di voler bene a qualcuno, perché non c'è niente da guadagnare. Di quello che parliamo di più adesso è di Dio. Lei dal suo cristianesimo e io dal mio, tutti e due con la stessa serietà con cui a vent'anni e passa ci accapigliavamo su Freud nel cuore della notte. Quando lei chiude una faccenda mettendola nelle mani di Dio, io le rispondo di sì, ma che opera attraverso di noi. Prima discutevamo se l'origine rimandi al nobile. Adesso discutiamo dove sta il locus of control. Siamo le stesse due persone. Quello che è successo a lei ha nella sua bocca un nome che viene dalla sua fede e non da un manuale, e io non glielo discuto, tra le altre cose perché ho imparato sulla mia pelle che cosa si prova quando qualcuno ti strappa di bocca la spiegazione che ti stavi dando di te stesso. E da quelle conversazioni mi porto addosso una sua frase: che possiamo parlare senza essere pienamente d'accordo. Con tutto quello che ha raccontato finora questo libro di gente che ha smesso di parlarmi proprio per non essere d'accordo, quella frase vale tanto oro quanto pesa. È l'unica persona di queste pagine che ha letto quello che scrivo su di lei prima che venisse pubblicato, e ho corretto tutto quello che mi ha corretto.

Poi sono arrivate altre due cose, tutte e due per iscritto, e sono quelle che chiudono questa storia davvero. La prima, una notte di quell'inverno: la lista, numerata e senza un solo rimprovero, delle ragioni per cui se n'era andata sei anni prima. Che non voleva vedermi tornare alle sostanze, che uno dei motivi per lasciarmi è stato rendersi conto che io non mi sarei fermato da solo, e che per giunta glielo stavo nascondendo. È l'unica donna di questo libro che mi abbia spiegato perché se n'è andata. La seconda è arrivata una mattina della primavera successiva. Io le avevo appena raccontato da dove veniva tutta la mia roba, la faccenda dei tredici anni e quello che è venuto dopo, e le avevo detto che adesso stavo bene e che non si preoccupasse, che le avevo voluto bene per quanto ero capace di volerle allora e che perderla mi aveva spezzato a metà. Nel pomeriggio mi ha scritto questo: che le dispiaceva moltissimo; che non era pronta per avere una relazione, che non aveva finito né il lutto né il distacco necessari per quello; che le dispiaceva con il cuore avermi fatto del male. Sei anni più tardi. Senza che io gliel'avessi chiesto. E con la precisione di chi ha fatto il lavoro da dentro, perché lì non c'è un mi dispiace per quello che è successo: c'è che cosa succedeva a lei e perché quella cosa non aveva modo di andare bene. Erano sei anni che aspettavo quella frase senza nemmeno sapere che la aspettavo, e quando è arrivata non ho sentito sollievo. Ho sentito vergogna, perché le scuse grosse gliele dovevo io a lei e gliele avevo date a pezzi e fuori tempo. Le ho risposto dopo tre minuti che non la incolpavo di niente e che anch'io mi dispiacevo di averle fatto del male. Quella parola, colpa, sono andato a cercarla a mano in tutto quello che ci siamo scritti, perché per anni la mia testa ha fatto la cosa più comoda e più ingiusta che esista: ogni volta che io perdevo Marta, la colpa cadeva addosso alla donna che avevo davanti. Ebbene, la parola compare rivolta a lei due volte e tutte e due sono per togliergliela di dosso. Il meccanismo era dentro di me e io lo sentivo funzionare. Quello che è rimasto per iscritto è il contrario.

Un fascicolo si ripara archiviandolo. Un perdono non ripara il passato: ripara il futuro, quello che da quel giorno in poi potrà succedere tra due persone. Il passato non lo aggiusta niente, e l'unica cosa che lo sposta di posto è che qualcuno finisca per mettersi esattamente dove sei stato tu, e quella cosa non si chiede e non si firma. Lidia non mi ha riparato perdonandomi, che quello l'aveva già fatto anni prima. Mi ha riparato un pomeriggio d'estate in cui le due persone sedute a quel tavolino sapevano da dentro che cos'è un episodio. E che la riparazione sia andata in tutte e due le direzioni ha una prova, ed è di quell'inverno in

cui mi è finito il progetto. Ha scritto lei per prima, nel cuore della notte, senza sapere ancora niente di niente: che se stavo bene, che mi sentiva un po' giù e che non lasciassi che quella roba mi togliesse la pace. Mi stava leggendo l'umore per iscritto, dall'altro capo del mondo, come a vent'anni e passa. Le ho risposto, sveglio a quell'ora, che mi finiva il progetto e che stavo pensando di chiedere l'invalidità e smettere di remare. La sua risposta è venuta tutta d'un fiato: che non mi disperassi; che potevo chiederla, anche se forse era una cattiva idea, perché a me il lavoro mi ordina la vita; che ne parlassi con il mio psichiatra e con la mia famiglia; e che il problema di fondo era l'incertezza. Ecco la lucidità intera in quattro righe: la consolazione, la via d'uscita, l'avvertimento sulla via d'uscita e il nome esatto di quello che mi stava succedendo. E subito dopo, senza nessuna transizione, si è messa a raccontarmi la sua. È questa la differenza tra qualcuno che ti assiste e qualcuno che sta con te.

Non molto tempo fa mi ha scritto che è contenta che io sia suo amico, che lo apprezza molto e che sa che i consigli che le do sono per il suo bene. Dalla donna che mi si è messa contro quando io sono uscito da quel reparto alla donna che mi ringrazia per un consiglio ci sono sei anni, due episodi (il mio e il suo), una conversione e molto lavoro da tutte e due le parti. E quella sedia del primo reparto, quella che era di un'altra e ha finito per occuparla lei, continua a essere sua. Di tutta la gente che a suo tempo mi si è messa contro, quella che aveva più motivi per condannarmi è stata la prima a farsi da parte e l'unica che è venuta ad abbracciarmi.

Capitolo 52 · Il terzo appuntamento

Laia è comparsa nello stesso mese in cui mi sono trasferito nella casa nuova, che è stato anche il mese in cui ho finalmente chiuso la storia di Marta, e quella va al posto suo. Non è comparsa con la musica da film. È comparsa senza avvisare. Il primo messaggio l'ha scritto lei e veniva già con il suo carattere dentro: si presentava ridendo di sé stessa, e tre ore più tardi si scusava per essersi ridotta stecchita sul divano, che una ormai non è più da serate. Umorismo secco, nessuna posa. Il terzo giorno da quando ci conoscevamo, con i miei versi che le arrivavano a ore impossibili, mi ha sparato una frase che non mi aveva mai detto nessuna all'inizio: che dicessi alle muse di lasciarmi dormire, perché altrimenti poi si rende di meno. Terzo giorno, e quella donna mi stava già curando il sonno. Quello stesso pomeriggio è arrivata l'altra: che non mi preoccupassi, che quando lei non può, non risponde, e che in quello è un po' radicale. Una cosa così non me l'aveva mai detta nessuno. E con quelle due frasi mi sono finiti undici anni di panico del silenzio, perché quando qualcuno ti avvisa il terzo giorno che ci saranno giorni senza risposta, il silenzio diventa informazione e smette di essere una minaccia.

Di lei racconterò lo stretto necessario, perché non è il caso di esporre nessuno in un libro che parla di me. È arrivata dov'è arrivata per meriti suoi, con un'indipendenza che si è guadagnata da sola, e ciò nonostante sceglie di stare in coppia, che è il contrario di quello che fa la gente che si accoppia perché non sa stare sola. Aveva accudito i suoi per anni, con una malattia lunga in casa, e da lì ha tirato fuori una cosa che non insegna nessuno: che stare accanto a qualcuno nel peggio non è un'emozione, è una tecnica. Per questo non ha paura di me e non ha pietà di me. Tre settimane dopo che ci conoscevamo si è vista per intera la trilogia di video in cui io spiegavo la mia vita, e mi ha scritto che bel viaggio. Ed è rimasta. Al primo appuntamento le ho raccontato tutto, senza preamboli: la diagnosi, il procedimento, la sentenza pendente, i ricoveri, le cinghie, la storia di Marta. Per intero. E sono rimasto a guardare se si alzava.

—Questo è quello che è successo al tuo cervello in quei momenti —ha detto—. Non quello che sei tu.

—Non tutti la vedono così.

—Non tutti si sono presi il disturbo di guardare.

E ha continuato a cenare, come se avesse appena detto la cosa più normale del mondo. Per lei lo era. Quel primo appuntamento è stato nel mio posto, il paese di montagna: quello dell'albero e della grandinata, quello della casa che non ho avuto il coraggio di firmare con Marta. Ho portato la donna nuova nello stesso posto dove anni prima avevo chiesto al cielo un segnale, e questa volta non è successo niente di miracoloso. Solo due persone che cenavano e tornavano indietro piano. Tornando verso la macchina ci siamo presi per mano. Lì è finito l'appuntamento, tutto qui. Ed è stato esattamente come avere di nuovo tredici anni, quando con Britney darsi la mano era già l'avvenimento della giornata. Fino al terzo appuntamento non l'ho baciata, e non ne avevamo parlato: l'abbiamo aspettato tutti e due. Quando finalmente è successo ci siamo passati il pomeriggio a baciarsi come due ragazzini, senza muoverci di lì né andare da nessuna parte. Nella prima canzone che le ho scritto dopo le ho messo che bacciarla era stato arrivare a casa. È la parola esatta e ci ho messo quarant'anni a trovarla. Laia è la mia casa.

E per spiegare quella parola devo raccontare una figura che uso per capirmi. È da romanzo di fantascienza, di quelli in cui il protagonista scopre che qualcuno ha toccato il passato e che la vita che sta vivendo non è quella che gli spettava: c'è una linea temporale che era la sua e un'altra in cui è andato a finire. La mia testa, quando si è rotta, costruiva realtà con quell'estetica, e questo è già raccontato; adesso so che è una metafora, la più esatta che ho. C'era una linea che mi spettava. Era quella di Marta: quella dell'appartamento nel quartiere vecchio e delle birre con gli amici, quella dei nove mesi di sport, quella dell'anticipo di un mutuo che stava nel mio stipendio e che se n'è andato in droghe per tre. In quella linea io e Marta finivamo come finiscono le coppie normali, e non succedeva niente di tutto il resto. Niente: né l'albergo, né i tribunali, né le cinghie, né i centocinquantacinque chili. Quella linea si è interrotta nell'inverno della valigia, e l'hanno interrotta due cose insieme: una malattia non diagnosticata e una valigia. Il giorno in cui ha fatto la valigia io non ho perso una compagna. Ho cambiato dimensione. Da un giorno all'altro mi hanno mollato in una linea in cui avevo una malattia cronica con un nome, una pastiglia per il resto della vita, una sconosciuta seduta sulla sedia che era sua, e lei

lontana ma che mi parlava tutti i giorni, che è la peggiore di tutte le distanze. E in quella linea ho vissuto sei anni come vive il personaggio di quei romanzi: sapendo che quella non era la mia vita, cercando il punto in cui si era storta per disfarlo, scrivendo alla gente della linea precedente come se da lì potessero restituirmi. Sono stati quelli i messaggi a Marta di quei due anni, e l'albergo, e buona parte di quello che poi è stato chiamato stalking: un uomo che cercava di tornare a una linea che non esisteva più.

E adesso il punto di svolta, che in quei romanzi capita sempre in una scena piccola. Al terzo appuntamento con Laia, il pomeriggio dei baci, mi sono sentito a casa mia. Non in una casa nuova: a casa mia, quella che avevo perso in quell'inverno, con la stessa temperatura. E lì ho capito quello che in quei romanzi capisce il protagonista alla fine: che non bisogna tornare alla linea precedente, perché la linea precedente non esiste e perché in questa c'è già quello che cercava nell'altra. Quello che la malattia e la valigia hanno deciso è stato in quale delle due linee restavo. Quello che ha deciso quel bacio è stato che la linea in cui sono rimasto smettesse di essere un esilio e diventasse casa mia. Da allora non scrivo a nessuno dell'altra linea perché mi restituisca. Gli scrivo, quando gli scrivo, per chiudere, che è il contrario. E dico anche la metà che manca: se Marta non se ne fosse andata, la donna della mia vita continuerebbe a essere lei. Nella linea che mi spettava era lei; in quella che mi è toccato vivere è Laia, e non è un premio di consolazione: è che tutto quello che è successo, perfino il peggio, mi ha andato trasformando nell'uomo di cui lei aveva bisogno. Marta è stata la prima casa. Laia è la casa a cui sono arrivato sapendo finalmente leggere le planimetrie.

E il primo momento difficile è arrivato presto, e lo racconto perché può servire a qualcuno. Erano giorni che dormivo male. Non era l'insonnia degli episodi, che ha una sua consistenza e si riconosce, era quella della paura, quella che ti alza alle quattro con il e-se già montato sopra il petto. E se se ne va come se ne sono andate tutte. E se questa è di nuovo la fase alta travestita da amore. E se la rompo io. Non le ho detto niente. Se n'è accorta il terzo giorno.

—Quand'è che hai dormito bene l'ultima volta?

—Non lo so.

—Ne hai parlato con il tuo medico?

—Ho la visita giovedì.

—Puoi anticiparla?

—Non voglio essere quello pesante che chiama lo psichiatra tra una visita e l'altra ogni volta che si fa un film su qualcosa.

—Non è per la ruminazione. È per quello che la ruminazione sta facendo al tuo sonno.

Ho detto il suo nome, niente di più, per frenarla. E lei mi ha chiesto da quanto tempo le stavo dicendo che stavo bene quando non stavo bene. Le ho detto che non le avevo detto che stavo bene. Che mi aveva detto che c'ero, ha risposto, che è la mia versione di sto bene. Che allora le dicessi come stavo davvero. Le ho detto che avevo paura. Che questa storia non finisca mai. Che ci sia sempre un'altra lettera, un'altra minaccia, un altro procedimento. Mi ha chiesto che cosa succedeva se quella paura era reale. Le ho detto che era reale. Mi ha chiesto che cosa potevo controllare. Come rispondo, le ho detto. La terapia. Non bere. Scrivere a Claudia anche se non risponde. E la faccenda di Nuria: mollarla, smettere di guardare indietro.

—Allora comincia dal dormire. La faccenda di Nuria non si risolve stanotte, e sono tre notti che non chiudi occhio. Domani chiami il medico. Oggi ti addormenti. E io resto qui, che sono venuta per questo.

Ed è rimasta. Non per aggiustarmi, che io non sono una cosa rotta: sono un malato. È rimasta perché, quando l'altro ha paura, restare è l'unica cosa che serva a qualcosa. Quello l'ho imparato quella notte, con quarant'anni compiuti e con una donna accanto che respirava piano apposta, perché il mio corpo le copiasse il ritmo. E quello che ha fatto lei quella notte sta sui manuali, e lei non ne aveva aperto nessuno: è quello che ho già raccontato parlando di Marta, la persona accanto che protegge il sonno e difende gli orari. Non mi ha chiesto che cosa mi passasse dentro e non ha lasciato passare i tre giorni. Mi ha chiesto quando avevo dormito e quando avevo il medico. Laia mi dice meno ti amo che vai a letto, o riposati. Ed è il modo più bello che abbia avuto qualcuno di dirmelo, perché il ti amo lo dice chiunque, e il vai a letto lo dice solo chi sa che se non dormo mi ammalo. E con le pastiglie, una mattina: che lo sapeva che io lo sapevo, ma che lei doveva dirlo, che mi prendessi quelle della mattina. Non mi sorveglia: mi accompagna. E in mezzo allo scompenso dell'inverno successivo, quando io ero a mille giri con le carte e nevicava, mi ha scritto di fermarmi due minuti a prendermi un caffè caldo guardando la neve. È questo che dice a un uomo in prodromo qualcuno che sa che cosa sta succedendo.

E quando da quell'inverno è uscito il ricovero che ho chiesto io, che va nel suo capitolo, lei ha scritto buongiorno e buonanotte a un telefono spento. Tutti i

giorni. Ed è venuta tre giorni di fila a prendermi. Io ho dovuto lasciare che mi vedesse entrare in un reparto per acuti con una borsa di tre cambi senza lacci, e che tornasse il giorno dopo, e non scappare via dalla vergogna. E quello, lasciarmi amare senza brillare, è la cosa più difficile che abbia fatto in vita mia. Io sapevo solo di essere amato in fase alta. Laia non mi ama nonostante questo, né per questo. Mi ama intero, senza aver bisogno per niente di quello di prima. E accettare che qualcuno mi ami proprio nella fase che tutti gli altri hanno usato per andarsene è stata la ricostruzione vera, molto più del litio. Ha il suo carattere. A volte è secca, e quando si arrabbia e sta zitta, quel silenzio mi fa un male che non le compete, perché mi prende esattamente dove mi hanno rotto da bambino; e ciò nonostante glielo dico, ne parliamo e passa, che è esattamente quello che non mi era mai successo con nessuno. Lei non crede in Dio e io sì. Mi chiama sdolcinato, perché io distribuisco ti amo come chi distribuisce pane, e lo dice con mezzo sorriso. E quando una cosa è di tutti e due, dice che è molto nostra.

Quest'estate siamo tornati all'albergo alto, allo stesso piano in cui anni prima avevo dormito con Marta e in cui poi mi sono rotto per intero. Dopo quello che ho combinato l'ultima volta, lì c'era una regola con il mio nome: io non potevo più salire. E alla reception qualcuno ha deciso che potevo. Mi ha detto che si fidava di me. Non c'è stato un solo problema. Per la prima volta quell'albergo è stato solo un albergo: una stanza in alto da cui si vede Barcellona, con una donna addormentata accanto e un uomo sveglio che ringraziava nessuno in particolare. E sono felice. Uso questa parola così scialba perché è quella esatta ed erano vent'anni che non potevo usarla senza mentire: felice, innamorato e, soprattutto, tranquillo. Alzarmi e sapere come sarà la giornata, e chi ci sarà, e che non succederà niente.

Capitolo 53 • La lettera

Quella primavera io non riuscivo a salire una rampa di scale. Avevo l'anticoagulante appena messo, il trombo a qualche mese di distanza e la vita ridotta a una finestra piccola, che è quello che lascia la depressione di dopo un episodio quando per giunta il corpo è stato a millimetri dal fermarsi. E in quello stato ho fatto una cosa che, raccontata di fretta, sembra un'altra. Mesi prima mi era arrivato che Raquel si tirava fuori da quel progetto, e con la notizia mi è venuta una curiosità che non è nobile e non ha nemmeno bisogno di esserlo: le avevo presentate io, e volevo sapere se il tavolo che avevo montato stava ancora in piedi. Ho aperto un profilo senza nome su un social e ho chiesto di seguire Nuria, che mi ha accettato senza chiedermi chi fossi. Sono entrato due volte, ho guardato poco, mi sono annoiato, e il profilo è rimasto lì morto. L'unico uso reale che gli ho dato è stato scrivere a Raquel per chiederle delle scuse che le dovevo da anni. Me le ha accettate. Due giorni più tardi è arrivata la lettera.

Mia sorella l'ha saputo lo stesso giorno, perché mia sorella sa tutto lo stesso giorno: mi ha chiesto a chi altro avessi scritto con quel profilo, mi ha avvisato che Nuria poteva accendersi, ed è andata dritta al suo punto. Che dovevo lasciare tutte le dipendenze, che appena mi altero mi esce. Che tutte vuol dire TUTTE, con le sue maiuscole. Che sì, le ho detto, perfino la poesia. Quella notte è rimasta a dormire a casa mia. Raquel, nel frattempo, ha detto a Nuria di controllare se quel profilo la seguiva.

La lettera non è venuta a me. È finita a Sonia, e lo diceva dentro, che voleva che mia sorella sapesse che cosa mi stava mandando. Io non ero rintracciabile, o lo ero in un modo che le faceva paura, e quella era l'unica porta che le restava aperta. Sonia me l'ha passata una sera; l'ho letta tutta e ho cancellato la chat, che è quello che faccio con tutto quello che non riesco a reggere, e la mattina dopo le ho chiesto la sua copia, e da quella copia esce questo capitolo. Il suo testo non ho intenzione di incollarlo qui, perché è suo. Dico quello che dice e basta.

Partiva avvisando di quello che non era: né una mano tesa, né una porta aperta. Toccava parlare a lei, e quello che mi mandava era il conto dettagliato di

quello che i miei atti le erano costati. Che io non ero consapevole del danno che le avevano fatto quei video dell'inverno. Che l'episodio avevo aiutato io a farlo succedere, arrendendomi alle dipendenze e prendendo la strada facile, lasciando vincere la partita al narcisismo, all'egocentrismo e ai deliri di grandezza. Veniva poi quello che quella roba le era costato in sonno, in corpo e in soldi, e non lo copio perché è suo; dico che ci credo per intero, e che una parte gliel'ho prodotta io con quello che ho registrato. Che il profilo senza nome era rientrare nella sua vita dall'anonimato, e che lei viveva costretta a chiedere a ogni persona conosciuta su internet di dimostrare di non essere me. Che mi nascondevo dietro la mia salute mentale senza muovere un dito per recuperarla. Che ogni volta che io mi avvicinavo le facevo qualcosa di insopportabile. Che conosceva gli audio per cui mi hanno denunciato e che la mia versione, quella che le avevo raccontato piangendo sul suo divano, era una bugia. Che non avrei smesso di aver bisogno che mi ascoltassero finché non mi avessero rinchiuso, perché i quattro gatti che mi sopportavano mi convalidassero il ruolo di vittima. E lì, in mezzo a tutto il resto, scritta, la parola: maltrattante.

Poi veniva l'avvertimento. Che la prossima comunicazione tra noi sarebbe stata tramite avvocati. Che aveva conservato tutto e che se non mi aveva denunciato era per l'affetto che ha per la mia famiglia. Che adesso sì aveva di che, che quella roba significava mandarmi dritto in carcere e che non le sarebbe tremata la mano. Che se quella lettera non mi fosse servita da avvertimento, mi avrebbe esposto in pubblico con nome e cognome. Che niente di tutto questo erano minacce, che erano realtà. E chiudeva parlandomi dei miei: che regalassi a mia madre un tramonto tranquillo, e a mia figlia l'eredità di un uomo che ha combattuto per la sua vita, e non quello che le stavo lasciando. Che ero un meschino e un vendicativo. E un addio per sempre, senza drammi.

Quella notte mia sorella ha voluto sapere se io stavo bene, e quello che mi è uscito lo metto davanti a tutto il resto: che mi faceva malissimo non aver previsto quella roba, ma che non avevo letto niente che non mi aspettassi, solo che era peggio di quello che mi aspettavo. Sonia ha risposto quello che pensa da sempre, che l'errore è stato non accettare che bisognava disintossicarsi. Consumo uguale peggioramento e cazzate. Ci si segni la formula, perché è esattamente la stessa che regge la lettera, e la firmano due donne che non si somigliano in niente. La mattina ho fatto l'unica cosa che ho fatto in tutta quella storia: lasciare scritta a mia sorella una lettera per Nuria. Le dicevo che lei c'era stata quando ormai non restava quasi nessuno e che ciò nonostante io me l'ero trascinata die-

tro; che non l'avevo fatto nemmeno volendo, ma per non saper frenare; e che non scrivevo perché mi perdonasse, ma per raccontarle che stavo cercando di riparare. Non so se sia arrivata a leggerla. Alla sua non ho risposto, né allora né mai. Il profilo è sparito.

E adesso quello che rispondo da oggi, che mi è costato due anni, e lo rispondo per meccanismo e non per offesa, perché da un'offesa uno si difende e di un meccanismo uno si rende conto. Comincio dalla trave che regge la lettera intera: che l'episodio l'ho aiutato io a succedere. Un episodio maniacale con sintomi psicotici non lo sceglie nessuno. E in qualcuno come me il consumo non è nemmeno la strada facile: è quella che in clinica si chiama automedicazione, e la comorbidità tra questo disturbo e le sostanze è la più alta di tutta la psichiatria. Dire che ho collaborato a farmelo venire ha lo stesso senso di rimproverare a un epilettico di aver collaborato alla sua crisi dormendo poco. Il sonno influisce, certo che influisce, e ciò nonostante a nessuno viene in mente di cercare un'intenzione nel braccio che parte da solo. Per giunta è raccontato al contrario, perché quella è stata una catena e le catene hanno un ordine. Prima è caduta la rete: le due persone che erano il mio mondo intero, e un ambiente che era già stato avvisato che io ero un pericolo. Dopo, e solo dopo, sono tornate le droghe a cercare nella chimica quello che non c'era più nelle persone. Poi si è rotto il sonno. E alla fine è arrivato quello che arriva sempre quando una testa come la mia passa settimane dormendo tre ore, consumando, senza nessuno intorno e con una richiesta di anni di carcere sul tavolo. Di quegli anelli, la lettera non ne nomina nessuno. Prende il secondo, il consumo, lo promuove a causa prima e gli aggiunge tre parole che, applicate a questo, non compaiono in nessun manuale.

La seconda cosa è quello che quelle tre parole danno per scontato: che quell'inverno sia finalmente uscita la mia vera versione, quella che era rimasta coperta per dodici anni. Ebbene, il manuale che mi diagnostica dice esattamente il contrario. Quello che ho è un disturbo dell'umore: episodico, con fasi, con remissioni. Un disturbo di personalità è un altro capitolo del manuale e si definisce per il contrario, uno schema stabile fin dalla prima età adulta, presente in tutti i contesti, in terapia e senza terapia. E il manuale stesso avverte che la mania imita la grandiosità narcisistica, che l'alcol imita tratti che non ci sono, e che proprio per questo non si diagnostica una personalità durante un episodio. Per poter chiamare episodio un episodio esige per giunta che il cambiamento sia estraneo alla persona quando non è sintomatica. Che quella roba non mi somi-

gliasse non è la scusa che tiro fuori adesso: è il requisito che è stato necessario soddisfare perché me lo diagnosticassero. Se quel tizio fosse stato io, io non avrei questa diagnosi.

E lei aveva la prova nelle sue mani, senza bisogno di credermi: dodici anni di frequentazione, il suo divano, il suo tavolo. Se quella roba fosse stata quello che sono, sarebbe uscita prima, e non solo nelle settimane esatte in cui non dormivo, bevevo ed erano undici mesi che nessuno mi regolava la terapia. Un tratto non compare unicamente quando saltano il sonno e la chimica, e non sparisce quando si sistemano. I sintomi sì. E l'esperimento è già fatto: a trentatré anni mi hanno messo il litio, e da lì in poi gli insulti sono spariti, le ore piccole sono crollate e le scuse si sono moltiplicate; e nell'episodio che è venuto dopo, con la malattia curata e senza una sola sostanza addosso, quella roba si è fermata a dei video che non ha visto nessuno e si è spenta da sola in qualche giorno. Un carattere non si spegne con un sale. Uno stato sì. E quello che è rimasto sotto quando lo stato se n'è andato era un uomo che chiedeva scusa cinquanta volte e si incolpava perfino di quello che non aveva fatto: il contrario, esattamente, di quello che manca a un narcisista, che è la colpa. Per due anni ho pensato che quella roba fossi io, e quell'idea mi ha fatto più male dei tribunali. Ero io senza freno, che non è la stessa cosa che io senza maschera. La maschera, semmai, è quella che porto quando sto bene, e si chiama corteccia prefrontale.

E l'altra parola, quella del cartello. Maltrattante è una cosa precisa, e non la definisco io: qualcuno che isola, che controlla i soldi, il cellulare e gli orari, che degrada ogni giorno a freddo e fa dell'umiliazione una strategia continuata, senza una goccia di senso di colpa. Ha bisogno di anni. Tra me e Nuria non c'è mai stato nessuno di quei pezzi: non siamo stati una coppia, non c'era un'economia comune né dipendenza di nessun genere. Marta, che con me ci ha vissuto davvero, non mi ha mai chiamato così, e nessuna delle cause è mai stata per maltrattamenti. L'unica persona della mia vita che sostiene quella parola è quella che mi ha conosciuto di meno e che ha chiesto di meno. E c'è un esperimento di cinquant'anni fa che spiega come si fa questa cosa senza mentire: a un gruppo di persone hanno fatto vedere un incidente d'auto, e ad alcuni hanno chiesto a che velocità andavano le macchine quando si sono urtate e ad altri quando si sono schiantate; quelli dello schianto hanno ricordato più velocità, e una settimana dopo il doppio di loro ricordava di aver visto vetri rotti che non c'erano. Una parola messa sopra un ricordo produce vetri rotti. Lei ha preso la parola ed è andata con quella a cercare dentro dodici anni, e li ha trovati, perché si trovano sem-

pre. E a me è successo lo stesso con la sua: per due anni ho cercato dentro di me il narcisista della sua lettera e l'ho trovato anch'io. Nessuno dei due mentiva. È per questo che c'è l'archivio, è per questo che ci sono le date.

E non ha smesso. A oggi continua a dirlo a chiunque la ascolti, che sono un maltrattante con cinque denunce, e due mie amiche, che non c'entravano niente con tutto questo e a cui io non avevo raccontato nulla, hanno smesso di parlarmi per quello. Lo annoto senza indicazioni e senza restituirlo, perché restituirlo sarebbe lo stesso metodo, e il metodo è esattamente quello che sto discutendo. Do gli addendi e non do la somma. E dei quattro gatti, uno è vero, Kira, quella che mi ha cercato mia sorella per un uomo sprofondato dalle denunce; gli altri vanno nel loro capitolo. Quello che davvero decide come vada letta quella lettera sta in una riga. In tutte le sue pagine non compare nemmeno una volta la parola bipolare. Né prodromo, né episodio, né psicosi, né stato misto. Sta descrivendo, uno per uno, i sintomi di una malattia il cui nome conosce perché gliel'ho detto io, e li descrive come se fossero il mio modo di essere. Io ho scritto la mia roba dentro un episodio che un tribunale ha riconosciuto per iscritto. Lei ha scritto la sua un anno e mezzo dopo, senza febbre e senza urgenza, sapendo da mia sorella che io ero convalescente da un trombo in tutti e due i polmoni. Una l'ha dettata una malattia. L'altra no.

Capitolo 54 • Il ricovero che ho chiesto io

Dieci mesi dopo quella lettera ho firmato il quinto ricovero della mia vita. È stato l'unico che ho chiesto io, e l'unico dei cinque in cui la donna che mi amava si è seduta sulla sedia accanto. E comincia, come comincia quasi tutta la mia roba, in un canale. Per quasi due anni ne avevo avuto un altro a parte dove non caricavo nient'altro che canzoni, centinaia di canzoni con il testo scritto a mano e la musica messa da una macchina: il mio diario sonoro dell'epoca in cui la mia testa non reggeva un testo lungo. Le caricava mia sorella, che è stata il filtro che mi è mancato l'inverno dei video, e le ascoltava piangendo in ufficio. Quell'inverno, in malattia e senza progetto, io ero da settimane in stato misto, con il sonno rotto e il giudizio ristretto, e il canale ha cambiato natura. Ho registrato video con degli pseudonimi, con la voce deformata da una macchina, smontando punto per punto la lettera di Nuria. Non li ha visti quasi nessuno. Non cercavano il pubblico ludibrio. Cercavano una voce.

Ed è lì che ho commesso l'errore di cui ancora mi pento: ho mandato due di quei video a Inés, sulla sua mail, con una cosa sola chiesta per iscritto, che non lo raccontasse a Nuria. Inés ha chiamato Nuria. Nuria è entrata nel canale e ha visto il video in cui io avevo osato risponderle. Con il trauma che mi porto dietro per lei, appena mi scompenso le ruminazioni escono da sole: il cervello afferra la ferita più grande che ha, la macina alle quattro del mattino e la butta fuori da dove può. Quella volta l'ha buttata fuori da un canale che non guardava nessuno. Non l'ho nominata, non l'ho cercata, non le ho scritto.

Il giovedì, a metà mattina, mi ha scritto mia sorella dal lavoro: che cancellassi dal canale tutto quello che avesse a che fare con loro, e che lo cancellassi SUBITO, così, in maiuscolo, perché una di loro voleva parlare con lei e quello significava che qualcosa le era arrivato. Che le veniva voglia di strangolarmi. Che non ne poteva più, che davvero non ne poteva più. E dopo pochi minuti è comparsa l'idea, ed è comparsa nella sua bocca e non in quella di qualcuno di fuori: un ricovero volontario, che mi disintossicassi da quella roba e uscissi dal loop. Sei ore dopo le ho scritto che il canale era già cancellato. Non una parte:

intero. Centinaia di canzoni con il testo scritto a mano, due anni di un uomo chiuso in casa a fare l'unica cosa che sapeva fare con quello che gli stava succedendo dentro. Le ho cancellate io, con il mio dito, un giovedì pomeriggio, perché lasciassero in pace mia sorella. Non mi ha obbligato nessuno, ed è esattamente questo a renderlo peggioro. Verso sera ero ormai capace solo di scrivere che mi avevano terrorizzato e che avevo paura di uscire in strada. Di quella settimana mi tengo un'immagine sopra tutte le altre, e non è quella di qualcuno che mi minaccia. È mia sorella che nascondeva gli ansiolitici per casa e me li dava uno alla volta, uno dietro il monitor, un altro dietro una cornice di foto. Uno per tutta la giornata, e che calcolassi bene l'ora, perché nel pomeriggio veniva Laia e lei voleva che la ricevessi sveglio.

Il venerdì ho chiesto a mia sorella se potesse procurarmi una prova che mi stavano costringendo a ricoverarmi sotto minaccia di denuncia, per pararci le spalle. La risposta, nello stesso minuto, chiarisce chi comandava lì: che io non potevo mentire sui miei sintomi, che si vedono, e che chi non è acuto non lo ricoverano. Quello stesso venerdì le ho scritto che il peggio mi era passato di colpo, e nello stesso minuto le ho scritto l'altra metà, che ero ancora terrorizzato. Lì ci sta dentro tutto questo capitolo, in due righe: si era spento l'episodio, restava accesa la paura.

Il lunedì Nuria ha mandato a mia sorella un messaggio perché me lo passasse. Che erano giorni che ascoltava tutto quello che io avevo detto di lei su internet per due anni, che erano notti che non dormiva, e che le dicesse, da donna a donna, se una cosa così si può perdonare a qualcuno. E sotto c'era la lista di quello che io avevo detto. Non la copio qui e non ho intenzione di copiarla mai: le ho detto cose che non ripeterò, di quelle che affondano una persona. Chiudeva con l'unica riga che non era un insulto ma un rimprovero, che io le avevo detto che non l'avrei mai denunciata e che quindi ero un bugiardo. Sotto venivano le condizioni: cancellare tutto il materiale che avesse a che fare con lei e firmare un silenzio che durasse il resto della mia vita. E per mano di mia sorella è arrivato l'ordine dei passi: prima il ricovero, poi un documento di avvocati, e un risarcimento pesante in attesa se me lo fossi saltato. Veniva anche l'altra cosa, quella che mi lascia peggio e che metto lo stesso: che non voleva denunciarmi, e che stava malissimo. Dall'altra parte di quella roba non c'era una donna che macchinava qualcosa. C'era una donna a cui le mie pubblicazioni non lasciavano dormire.

Ho risposto in meno di dieci minuti che firmavo e che ritrattavo tutto. E mi sono passato l'intera giornata a dettare messaggi a mia sorella, tutti cominciati allo stesso modo, con due parole: digli che. Digli che firmo senza problemi. Digli che domani farò quello che serve perché mi ricoverino. Digli che non mi riferirò mai più a lei in vita mia. E una che non ho intenzione di togliere da qui perché è la peggiore di tutte: che dicesse loro che io stavo molto peggio di come stavo. Un uomo di quarant'anni che negozia la sua resa attraverso sua sorella, e che si offre di esagerare la propria malattia in cambio del fatto che lo lascino in pace. Quello stesso pomeriggio mi è arrivata una frase che mi ha attraversato la faccia, e me l'ha attraversato perché usciva da dentro casa mia. L'ha detta Sonia dopo essersi passata la giornata a fare da ponte: che lei è una brava persona, davvero, ma che io le ho fatto troppo male. Erano due anni che io fabbricavo un personaggio, e la persona che era stata a tutti e cinque i miei ricoveri mi stava avvisando che quel personaggio non era lei. Ritratto tutto. La lista completa. E lo confermo oggi, sereno e con la testa al suo posto.

Il martedì sono andato all'ambulatorio del mio psichiatra, e questo va raccontato con molta attenzione. Non gli ho mentito. Non ho finto nemmeno un sintomo che non avessi. Gli ho messo sul tavolo quello che c'era: i video, la lista, gli avvocati, il documento, mia sorella trasformata in centralino, e il fatto che avevo bisogno che risultasse per iscritto che mi mettevo in cura di mia spontanea volontà. Ed è stato lui, vedendomi come mi ha visto, ad autorizzare il ricovero volontario per risparmiarmi mali peggiori. Sono uscito in strada con il foglio in una mano e con un'ora buona di panico dentro, perché nella relazione c'era scritto episodio maniacale, e con quelle due parole stampate la norma è che ti ricoverino d'ufficio, e un ricovero obbligatorio non lo toglie il paziente quando gli va. Ho mandato a mia sorella il bollettino dello zaino, che è il dettaglio che scrive solo chi ci è già stato dentro: niente pantaloni con i lacci, tre cambi. Mi ha risposto di portare più roba, che lì non si può lavare, e di non dimenticarmi i calzini. E Laia, che quel giorno lavorava e mi rispondeva tra una cosa e l'altra, ha fatto il poco che si può fare da fuori: ricordarmi che quel ricovero non era come i precedenti e chiedermi di cercargli una sola cosa buona e di aggrapparli a quella. Poi è arrivata la frase più onesta che si sia detta in tutta la giornata: che facessi quello che potevo, che lei non aveva la minima idea di come, che andava alla cieca e senza volante.

Sono entrato il mercoledì pomeriggio, a piedi, con il mio zaino, all'ospedale del nord. Dalla sala d'attesa ho scritto a Laia: mi ricoverano, ti amo. Ha risposto

nello stesso minuto: ti amo. E dietro: hai un paio di palle che non ho mai visto. Testa alta. Fai il furbo. Per me un reparto non è un ospedale: è il posto dove il mio corpo torna ad avere tredici anni. E ciò nonostante sono entrato. Laia è salita con me. La stanza aveva un letto, una sedia e una finestra che dava sul muro dell'edificio di fronte; ci siamo seduti lì e siamo rimasti zitti per un bel pezzo. Poi si è messa a piangere, come piange chi aveva deciso di non piangere e scoprire che il suo corpo ha decisioni sue.

—Non è giusto.

—No.

—Tu non dovresti essere qui.

—No.

—Domani torno.

Ho cominciato a dirle che non c'era bisogno e lei l'ha ripetuto: domani torno. Non era un'offerta. Era un fatto, come con Sonia è tutto fatti e mai offerte. E in quel reparto, per la prima volta in cinque ricoveri, qualcuno che aveva scelto di restare si è seduto a piangere con me invece di aspettare fuori che mi passasse. Lì ho imparato di colpo la differenza tra essere tenuto fermo ed essere accompagnato.

È stato il peggior reparto in cui sia stato, e guarda che ho materiale per fare paragoni. Le stanze chiuse a chiave di giorno e di notte, che tradotto vuol dire che per tre giorni non puoi né sdraiarti né chiudere una porta dietro di te; la vita intera che si svolge in una sala comune con i neon accesi e le urla di quelli che stavano peggio che rimbalzavano contro le piastrelle; un solo bagno per tutto il reparto. Mi sono passato quasi tre giorni seduto su una sedia di plastica, lucido, a guardare un muro con una rivista arretrata in mano. Io vedevo i miei compagni come li vedeva Laia da fuori, gente che stava malissimo; e Laia vedeva me, che stavo bene, lì dentro con loro. Quella cosa l'ha distrutta. Dopo quarantotto ore ho chiesto le dimissioni volontarie e me le hanno date senza discuterle, perché i professionisti stavano vedendo perfettamente che lì non c'era niente da curare in regime chiuso. E quella che alla fine mi ha tirato fuori è stata la stessa che il martedì mi aveva detto di non scappare via: mia sorella, inorridita dalle condizioni.

La parola volontario, qui, inganna. Quando tutto questo è cominciato io stavo male, e non lo discuto. Ma tra quel giovedì e il ricovero sono passati sei giorni, e in sei giorni uno scompenso breve si spegne, ancora di più se per strada ti prendi uno spavento mortale. Quando ho chiesto il letto io non soddisfacevo più

il criterio clinico di ricovero: ero lucido, senza un solo sintomo psicotico, e quello di cui avevo bisogno era un aggiustamento della terapia e dormire, non un reparto chiuso a chiave. Ho firmato per l'ultimatum, non per la malattia, ed è esattamente questo che rende un ricovero iatrogeno: una punizione in camice. Trent'anni fa qualcuno ha misurato che il foglio che uno firma e la coercizione che uno sente sono due assi diversi: ci sono pazienti ricoverati con la forza che non si sentono forzati, e pazienti che firmano di proprio pugno e hanno punteggi altissimi di coercizione. Quello che separa una cosa dall'altra non lo decide la legge. Lo decide se la persona ha avuto voce mentre si decideva su di lei. E qui sarebbe bastata una telefonata: il giorno in cui Sonia mi ha chiesto di togliere quella roba, quella roba era fuori prima che facesse buio. Quello che voleva Nuria va detto a lettere chiare: voleva che io stessi bene, ed è per questo che ha chiesto un ricovero e non una denuncia, avendola a portata di mano e non presentandola; e voleva, immagino, che nessuno le riscrisse la sua storia alle spalle, che è esattamente quello che sto facendo io con la mia in tutto questo libro. Quello che c'era era un uomo scompensato che registrava cose e una donna spaventata che cercava di fermarlo con l'unica cosa che aveva sottomano, che era la paura. Quello che si sceglie è sempre lo strumento. E l'hanno pagato due persone che non erano nemmeno dentro quella discussione: Laia e mia sorella.

Eppure. Dall'albergo mi hanno tirato fuori dei poliziotti, in pieno delirio. Questa volta sono entrato da solo con le mie gambe, con lo zaino fatto e con la donna che mi ama accanto, e il giorno in cui mi è stato chiesto di ritirare quello che avevo pubblicato ci ho messo qualche ora a cancellarlo tutto. Lo stesso uomo, la stessa malattia. L'unica cosa che è cambiata è stata chi decideva. Chiedere aiuto non è un tratto del carattere: è un'abilità, si impara tardi e a mazzate, e io l'ho imparata nel peggior posto possibile e per la peggior ragione possibile. Sono uscito di lì con tre cose chiare. Che non avevo intenzione di cedere più. Che avrei mollato la faccenda di Nuria, perché il passato aveva smesso di essere un posto in cui io volessi continuare a vivere. E che avrei scritto questa storia. La psicologa dell'associazione mi ha chiesto se fosse una buona idea rivangare tutta quella roba. Le ho detto che non si trattava di rivangarla: si trattava di metterla in ordine. Rivangata lo era da anni.

Capitolo 55 • Gli incubi

Quella primavera, quella del trombo, sono salito in montagna con mia sorella con una chiavetta USB in tasca, e raccontato a freddo suona ridicolo eppure mi ha curato: due anni di audio registrati quasi ogni giorno in un gruppo che avevo aperto solo per quello, con il nome di Marta, e in cui non c'era nessuno. Due anni di scuse rivolte a una donna che non le avrebbe ascoltate mai. L'ho sepolta lì, sotto il mio albero, quello della grandinata. Ho detto il suo nome ad alta voce, l'ho ringraziata per quello che mi aveva dato e per quello che il suo dolore mi aveva insegnato, e l'ho lasciata andare, con Sonia che guardava, che è l'unica persona davanti alla quale si può fare il ridicolo sacro senza sentirsi ridicoli. Non è caduto nessun fulmine. Siamo scesi dalla montagna tutti e due un po' più leggeri. E lì sta ancora, sotto un albero accanto a cui passa gente tutti i fine settimana senza avere la minima idea di che cosa ci sia sotto. Credo davvero che quella cosa gli abbia dato forza.

E l'altra cosa di quel mese non l'ho fatta io. Mi è arrivato il suo perdono, tramite mia sorella, sei anni e mezzo dopo che io avevo cominciato a chiederlo da una stanza di dodici metri, ed è la cosa più grande che mi abbia dato qualcuno in questi anni, medici compresi. Il perché non lo dirò. Quello che ha fatto con me sì: mi ha liberato. Ho smesso di scriverle canzoni, e non perché avessi smesso di volerle bene, ma perché per la prima volta in cinque anni non avevo più niente da chiederle, e un uomo che non ha niente da chiedere può finalmente guardare da un'altra parte. Tre settimane dopo è entrata Laia dalla porta che quel perdono aveva lasciato aperta. La mia gratitudine non gliela do a parole, che con me ne hanno già fatto abbastanza di danni: gliela do restando dove sono.

Perdono e riconciliazione non sono la stessa cosa, e la distinzione me l'ha data una preghiera che non è mia. Nell'ebraismo c'è una preghiera che si dice tutte le sere, prima di dormire: Signore dell'Universo, perdono e assolvo chiunque mi abbia fatto arrabbiare o abbia commesso una colpa contro di me, nel mio corpo, nei miei beni o nel mio onore, per sbaglio o con cattiva volontà, in parole

o in opere; e che nessun essere umano sia punito a causa mia. Non dice che domani l'altro possa rientrare, né che gli si restituisca la chiave. Dice che uno lascia andare la sua parte per poter dormire. Perdonare è quello che uno fa con il proprio rancore; lasciare che ti facciano di nuovo del male è un'altra decisione, e quella nella preghiera non c'è. Io l'ho fatto in quest'ordine. La prima cosa, ogni notte che è servito. La seconda, no. Ed è tutto perdonato, da parte mia e d'avvero, senza clausole in piccolo: Marta, Nuria, Raquel, Inés. Nuria è l'unica che non è riuscita a perdonare me, e gliel'ho chiesto tante volte; ma l'unica metà che dipende da me è la mia, e quella è fatta.

E adesso quello che il perdono non toglie, perché perdonare pulisce dentro e non tocca il corpo. Ho paura. Non è un modo di dire: è una reazione misurata in battiti. Ho i due quadri di Marta appesi al muro e non riesco a leggere il suo nome senza che mi percorra un brivido, lo stesso che mi produce un'ambulanza. Non mi manca: ho paura di lei, e non di lei, che ormai l'ho lasciata andare, ma del suo nome in un fascicolo, delle sue denunce, che sono ancora vive in un'impugnazione che nessuno decide. La paura che l'impugnazione mi chiuda un anno in un reparto come quello del capitolo precedente mi impedisce di adottare un cane e di pensare un futuro con Laia oltre il mese prossimo. E con Nuria è lo stesso, e credo che lei non lo sappia. Ho una fobia di lei, e non uso la parola per ornamento. Basta che legga il suo nome scritto da qualche parte e il corpo mi parte prima che la testa faccia in tempo a spiegargli che lì non succede niente. La distanza che mi ha chiesto mi sarebbe servita uguale senza che me la chiedesse. Quello che c'è qui è un uomo che cambia marciapiede.

Quella roba ha un nome e non è un difetto del carattere, né il suo né il mio: si chiama generalizzazione della paura condizionata, ed è quello che fa un sistema d'allarme quando lo stimolo originale è stato abbastanza grande, che smette di rispondere alla cosa che è successa e comincia a rispondere a tutto quello che le somiglia. A Nuria una canzone in cui si riconosce arriva con il calibro di quell'inverno, e a me una busta con un'intestazione arriva con il calibro di un tribunale. Un trauma non è un brutto ricordo. È un ricordo che non ha imparato che è già passato.

E di notte arriva l'altra cosa. Le notti in bianco me le ha tolte il litio, ma quello che succede dentro le notti in cui invece dormo non me l'ha tolto niente. Continuo ad avere incubi oggi, in eutimia, in terapia e con la vita in ordine, e questo sta scritto in anni interi di messaggi del buongiorno: che la notte era venuta carica, che gli incubi mi avevano ridotto uno straccio. I più antichi sono

quelli dei ricoveri, e quelli non si sono fermati mai: una mattina ho raccontato a mia sorella che avevo sognato di essere di nuovo lì dentro, con quel trattamento che ti riservano, come se fossi minorenne. E poi ci sono le tre. Sogno Marta, Raquel e Nuria, che mi si infilano dentro senza che io le inviti, e mai, nemmeno una volta, ho fatto un bel sogno con nessuna di loro: entrano per rimproverarmi qualcosa o per lasciarmi fuori, congelate nel ruolo che gli è toccato il giorno in cui quella roba si è rotta. Marta la sogno una volta dopo l'altra: in uno degli ultimi le dicevo che le volevo ancora bene e che mi perdonasse, e lei mi rispondeva che mi voleva bene ma che non poteva perdonarmi. E quello che dimostra che questo è trauma e non che mi manchi è che nella realtà lei mi ha perdonato davvero; quello che mi è rimasto dentro non è quello che è successo, è qualcosa di più sotto e di più prima.

E il peggiore è stato una notte di quest'ultima estate. Ho sognato che la nostra storia era stata molto peggio di com'è stata, un maltrattamento selvaggio, che usciva in televisione e sui giornali e che io ero un appestato in tutto il paese; e che dietro c'era una società segreta che mi aveva reclutato da ragazzino, a quattordici anni, che mi aveva pervertito, e che quando avevo voluto uscirne mi avevano sequestrato, mi avevano cancellato la memoria e mi avevano cambiato la linea temporale per trasformarmi in un maltrattante. Quello non è un delirio che esce dal nulla. È il racconto che mi hanno montato in tre persone, fatto incubo. Maltrattante me l'ha messo addosso Nuria, e dalla sua bocca è passato alle altre; rompi tutto quello che tocchi me l'ha scritto Raquel; e molestatore me l'ha appeso Inés. Tutte e tre hanno preso il vuoto che Marta ha lasciato andandosene e per giunta l'hanno scritto, l'hanno distribuito e mi hanno trasformato nel mostro di un film che io non avevo girato. Marta è il vuoto; loro sono le lettere. E tutte e due le cose tornano di notte, insieme, con la stessa faccia. Lo tratto in terapia, e nemmeno così riesco a togliermelo; l'unica cosa che per il momento so fare è dargli un nome, che è quello che sto facendo qui.

Perché continuo a venire, anni dopo, mi do due risposte da paziente e non da medico. La prima: quello che si è chiuso bene e quello che si è chiuso male non si archiviano nello stesso cassetto. Quello che è rimasto aperto è ancora sulla scrivania, e il sogno è il turno di notte che lavora a quella scrivania. Chiusura non ce n'è stata in nessuna di quelle faccende: i ricoveri sono finiti in cinghie, la storia di Marta è finita in un tribunale, quella di Raquel in un audio registrato sul suo cellulare, quella di Nuria in un linciaggio. Lì non si è congedato nessuno da nessuno, e quello da cui non ci si congeda finisce per tornare. La seconda ris-

posta è più scomoda e mi sembra quella buona: io non sogno loro. Sogno quello che mi hanno fatto sentire, e in tutti e tre i casi è stata una variante di una stessa cosa: che ero di troppo, che avevo fallito, che mi avevano cacciato da un posto dove io credevo di avere un posto.

Questa storia non ha un finale pulito. C'è questo: due anni e mezzo senza una droga e, da quell'autunno in cui ho lasciato il tabacco, senza un bicchiere, con un farmaco che mi prendo ogni mattina davanti a mia sorella; la posologia intera, mattina e sera; psichiatra, psicologa e associazione; una casa mia; una donna accanto che non se ne va quando mi ammalò; mia sorella che mi gestisce la terapia e mia madre che dorme tranquilla. E accanto, quello che continua a non rialzarsi, perché anche quella è la verità: sono in malattia e non tornerò a lavorare; esco poco; e l'impugnazione è ancora pendente, e se passa tutto questo torna in un'aula. E anche facendo tutto bene posso avere un episodio lo stesso: il giorno in cui verrà a mancare mia madre è probabile che ne abbia uno; se Laia mi lasciasse, è probabile che ne abbia uno. Quello che ottengono tutte quelle cose, che non è poco, è rimandare l'episodio, accorciarlo e abbassargli i danni. Non mi rendono invulnerabile. Mi rendono trattabile, che è una parola brutta ed è esattamente quella che ci vuole.

E il conto finale. Ripasso la lista intera e non vedo più una fila di carnefici. Lì non mentiva quasi nessuno. Marta raccontava la sua verità, quella di una donna distrutta e spaventata a cui nessuno ha spiegato che cosa fosse a distruggerla. Nuria raccontava la sua, con l'unica parola che aveva a portata di mano per dire che qualcuno si allontana. Raquel, quella di chi è addestrato a scappare al primo odore di fumo. Inés, spaventata e parte in causa. In nessuno di quei tavoli è mancata la bontà. È mancato un dato, che era la mia malattia spiegata, e non ce l'aveva nessuno di quelli che erano seduti lì, a cominciare da chi scrive. L'ho già detto: l'ignoranza non cancella l'effetto, ma cancella il rimprovero, e questo libro ha deciso di riscuotere in comprensione l'effetto e di lasciare il rimprovero non riscosso. Se qualcuno mi chiede che cosa vorrei a questo punto, la risposta non è una ritrattazione né una sentenza a mio favore. È un abbraccio. Uno, di quelli che si danno guardando per terra e senza dire niente, come quello di Lidia, e poi ognuno a casa sua. E i quadri sono ancora al muro.

Capitolo 56 · Quelli che sono rimasti

Che cosa ho fatto io per meritarmi mia madre non lo so, e lo metto davanti a tutto il resto perché tutto quello che viene dopo dipende da lì. Una donna che si è passata anni con un marito diagnosticato che mollava il litio ogni due per tre, che ha finito per seppellirlo, e che quando ha visto al secondo dei suoi figli lo stesso ciclo che ricominciava non è scappata: ha aperto la porta di casa sua. Io in quella casa ci sono arrivato in stati in cui la dignità era una parola da dizionario, e lei mi ha cambiato le lenzuola senza un solo commento e mi ha ficcato sotto la doccia quando i giorni senza lavarmi si contavano ormai a settimane. E l'inverno della valigia ha fatto quello che fa una madre con due persone a cui vuole bene in una casa che brucia: ha portato fuori quella che poteva portare fuori. Ha accompagnato Marta in macchina, l'ha lasciata sul binario ed è tornata ad aspettare che arrivassi io. Non ha scelto una parte. Le devo la vita in senso letterale.

E Sonia, otto anni più grande di me, già abbastanza adulta quando è morto nostro padre da caricarsi quello che c'era da caricarsi, e ancora abbastanza giovane perché quel carico le rubasse pezzi di vita che non è mai venuta a reclamare. La notte del primo ricovero ha fatto in venti minuti una strada di quaranta, e quando ha varcato la porta io ero già steso per terra e la polizia stava salendo. Quella cosa l'ha fatta cinque volte. La sua è una vigilanza di fondo che le si è installata tra il mio secondo ricovero e il tribunale, e che non se n'è più andata. E un'abilità che non ha nessun altro: distingue i miei silenzi. Quello buono è di quando sto lavorando, e possono passare giorni senza notizie. Quello brutto ha un'altra consistenza: le risposte più corte, e un'iperprecisione in quello che scrivo, senza i soliti refusi, che lei ha imparato a leggere come il segnale che qualcosa si sta trattenendo.

È stato quel silenzio che ha riconosciuto l'autunno dell'appartamento, e si è presentata un sabato senza avvisare. Le ho aperto la porta con la faccia di chi non chiude occhio da giorni. La prima cosa che ha voluto sapere è stata quando avevo mangiato l'ultima volta, e le ho detto il giorno prima, un tramezzino. Ha

aperto il frigorifero, l'ha visto vuoto e mi ha ordinato di sedermi; ho cominciato a dirle che non c'era bisogno e me l'ha ripetuto tale e quale. Mi sono seduto. È scesa al supermercato, ha comprato per tre giorni, ha cucinato, ha apparecchiato e non ha chiesto assolutamente niente. Quando tutti e due i piatti erano già vuoti, con il caffè fatto e con me che riprendevo un po' di colore, allora sì: che cosa stava succedendo. Le ho raccontato la faccenda di Chapa, quella dell'appartamento e i mesi precedenti. Ha ascoltato senza muovere un muscolo della faccia, e alla fine ha voluto sapere perché non gliel'avessi raccontato prima.

—Perché sei stanca di essere la persona a cui lo dico.

—Stammi a sentire. Non sono stanca di essere la persona a cui lo dici. Sono stanca che ci siano tante cose da dovermi dire. E non è la stessa cosa.

—Qual è la differenza?

—Che una delle due posso cambiarla io e l'altra no. Posso continuare a essere tua sorella. Non posso far funzionare il tuo cervello in un altro modo.

Non ho risposto. Mi ha chiesto se stavo prendendo la terapia, se avevo una visita con la dottoressa, se avevo bisogno che mi ci accompagnasse. Poi ha detto che mi voleva bene, e siccome le ho risposto che quello lo sapevo già, ha preteso che glielo dicessi io a lei. Gliel'ho detto. Ha annuito, ha sganciato un bene, ed è passata a chiedermi che programmi avevo per il fine settimana. Che passassi a pranzo. E quando ho attaccato a ringraziarla mi ha tagliato di netto, che i ringraziamenti erano già dati e che non abusassimo. Quarant'anni a fare il muro senza che nessuno le abbia mai chiesto se voleva esserlo. Mio padre mi ha chiesto di prendermi cura io di lei. È stato il contrario dal primo giorno.

E Gabriel, che è la croce di quella stessa medaglia. Mio fratello minore se n'è andato giovane in un'altra città, la storia di nostro padre l'ha beccato troppo piccolo e con me si è fabbricato un modo di guardarmi che in vent'anni non si è spostato di un millimetro: quello di chi ha per fratello, prima di qualunque altra cosa, una rognà. Per lui, sintomo e carattere erano la stessa cosa. La ferita vera è arrivata con il ricovero dell'albergo: io ero in un reparto e lui aveva in quei giorni una celebrazione importante, e non l'ha spostata. Lì non si è visto nessun altro che mia sorella, che reggeva tutto da fuori, mentre lui si metteva l'abito. Quando anni dopo gliel'ho chiesto non si è difeso con dei discorsi: che io ero molto imprevedibile, che la vita non si mette in pausa perché a me ricoverano un'altra volta, e che i paragoni con la gente malata di cancro non gli andavano bene. E quella conversazione ce l'avevamo con un mio episodio in corso, e mi

ha detto quello che io aspettavo di sentire da vent'anni: che io non ero nemmeno bipolare, che il mio problema era la mia personalità. Quando invece è toccato a Sonia sposarsi, sono stato io a portarla a braccetto, al posto che sarebbe spettato a nostro padre. Di quello che soffriamo noi malati si parla sempre dei giudici e delle ex; quasi mai della sedia vuota. E ciò nonostante bisogna raccontare il resto: è tornato. Piano, senza la conversazione intera. Mi ha detto che ammirarmi mi aveva ammirato in certe fasi, che non mi vedeva più tanto come un fratello maggiore, che volermi bene me ne voleva molto, e che poteva parlare con me finché ero in vena buona. Smette di ammirarti, continua a volerti bene e impara a metterti una condizione: è questo che fa questa malattia a un fratello minore. E la mattina del mio ultimo ricovero, quello che ho chiesto io, mi ha scritto che mi andasse bene, che gliel'aveva già detto mamma, e che ben fatto se ne avevo bisogno. Non cancella tutto. Ma conta.

E poi c'è la famiglia arrivata dal lato di mia sorella. Paco è entrato in casa quando io ero un ragazzino e da allora non ricordo la famiglia senza di lui. Da lui ho imparato quello che mi ha tenuto vent'anni dentro il mercato del lavoro con la testa che mi ritrovo: che al lavoro si va, e che ci sono obblighi che non si schivano per quanto uno sia a pezzi. Quando è morto mio padre, il vuoto l'ha occupato lui senza che nessuno dei due l'abbia mai detto ad alta voce. In pieno episodio gli ho detto in faccia una cosa imperdonabile, e lui ha alzato la mano e non l'ha abbassata su di me: si è trattenuto e se n'è andato. Quello va nella sua colonna. Quella storia alla fine si è rotta, e come si è rotta non è cosa mia da raccontare. Quello che invece è cosa mia è questo: per trent'anni tutti l'hanno chiamato con il diminutivo, e per me ormai è il suo nome intero, perché il diminutivo era di quando era la mia famiglia.

E con lui è arrivata sua madre. Amparo ha occupato per quasi trent'anni il posto della nonna che non sono arrivato ad avere. Centinaia di pomeriggi nel suo salotto, dei bicchieri di vino, le sue sigarette forti e tutto l'umano e il divino, perché con lei si poteva parlare di Dio con la libertà che ha una donna molto anziana che non ha più paura di nessuna domanda. Ha conosciuto Marta, le ha voluto bene, e in due delle nostre crisi ha fatto da ponte tra noi. Quando quella storia si è rotta, Amparo è sparita dalla mia vita: un giorno ha smesso di rispondermi, senza una conversazione e senza un addio. Con la famiglia acquisita capita a tutti; il fatto è che a me una sparizione mi prende dove mi prende. Ed ecco la parte che due anni fa non avrei potuto scrivere: fa male, ma non mi butta per terra. È la prova più pulita che ho che la cura funziona.

Nella prognosi di questa malattia c'è una variabile che non è un farmaco e pesa quasi altrettanto: chi c'è intorno e che cosa sa. I numeri li ho già raccontati; quello che fanno nella pratica è questo, che l'anosognosia mi toglie la capacità di vedere il mio stesso stato proprio quando serve di più e la rete lo vede al posto mio: una sorella che legge un silenzio, qualcuno che si presenta un sabato con la spesa. E ha il suo rovescio: una sedia vuota a un matrimonio è una forma di ostilità anche se non urla nessuno, e quello che fa l'ostilità l'ho già detto. Quello che nessuno misura è quanto costa a chi regge. Una madre anziana che litiga con il centralino dell'ambulatorio perché a suo figlio richiamino, la stessa mattina in cui scrive che è un po' rimbambita perché non era riuscita a dormire. Lei che dorme male e che porta a me la scatola delle pastiglie.

E dove sono oggi. Mia madre sta ancora al paese, a dieci minuti, ci chiama tutti i giorni e manda ogni mattina uno di quei video con i fiori che le madri della sua generazione mandano ai figli. Mia sorella, qualche mese fa, per la prima volta, mi ha scritto che aveva bisogno del mio aiuto per un paio di cose, e che era importante. Dopo cinque anni in cui quello che aveva bisogno ero io, mia sorella mi ha chiesto aiuto e ho potuto darglielo. Questo è, per me, il finale di questa storia più di qualunque sentenza. Gabriel c'è e regge la sua parte. Jordi continua con le telefonate del martedì, Mireia trova dei buchi per pranzare con me, e Iván si siede nella mia cucina con una delle birre che tengo in fresco in frigorifero, che non sono mie, mentre io mi bevo un tè freddo. E poi ci sono quelli che ho dovuto allontanare io, senza nessun rancore e con la stessa condizione pulita come congedo per tutti e due: che il giorno in cui la vostra roba è sistemata, ne parliamo. Chi si regge con le unghie non può avere accanto, alle quattro del mattino, chi gli offre esattamente quello che gli fa venire un episodio. Per mezza vita mi sono sentito assolutamente solo, e in certi tratti di questo libro lo ero. Oggi no.

Capitolo 57 • Per Claudia

Il giorno migliore di questi quarant'anni è stato il giorno in cui li ho compiuti. Per la prima volta che io ricordi si è riunita la mia famiglia intera: mia madre, Sonia, Laia, e Claudia con sua madre, che sono venute da lontano per essere lì. Starebbe bene scrivere qui che mia figlia mi si è buttata tra le braccia. Non l'ha fatto, e questo libro non ha intenzione di mentire nemmeno su questo. La visita è stata come le precedenti: riservata, educata, un po' spaesata, con lei che mi guardava come si guarda un puzzle a cui mancano dei pezzi che nessuno gli ha consegnato. Ho provato a consegnarglieli io. Un pomeriggio, con tutta la goffaggine del mondo, ho cercato di spiegarle che cosa ho e perché sono stato lontano tanti anni, e mi è venuta male: le parole, che uso da una vita intera come impalcatura, non mi hanno retto davanti all'unica persona di fronte a cui contavano davvero. Mi sono fermato a metà, e lei ha annuito con quella pietà così educata che hanno a quell'età. E ciò nonostante, in aeroporto, salutandoci, è successo quello che non succedeva da quando era piccola: mi ha abbracciato. Un abbraccio timido e corto, di quelli che si decidono all'ultimo secondo. Il primo da quella bambina piccola addormentata sul mio petto. Tre secondi mal misurati che hanno fatto per me più di tutta la terapia di questo libro.

Da quel fallimento e da quell'abbraccio è uscita l'unica cosa che so fare quando la voce non mi arriva fino in fondo: scrivere. La lettera mi è sfuggita di mano, perché tanti anni di silenzio non stanno in un foglio. Ecco qui la parte che appartiene a questo libro, tale e quale gliel'ho mandata, quando mi è sembrato che ormai potesse capirla.

Claudia:

Quando leggerai questo sarai ormai quasi una donna, e io starò facendo la stessa cosa che faccio tutte le sere, e alla fine ti dico quale. Comincio da quello che ho cercato di dirti di persona e non mi è uscito, perché una lettera ha un vantaggio su un padre: non balbetta.

Ho una malattia. Si chiama disturbo bipolare, ed è del tipo che a volte porta con sé la psicosi. Non è un mostro e non ho intenzione di infilarti degli eufemis-

mi: è una malattia del cervello, dell'organo con cui si pensa, ed è per questo che è così difficile da vedere da dentro. Ha due lati. In uno, che si chiama mania, non c'è bisogno di dormire, tutto sembra possibile, le idee vanno più veloci della bocca, e uno fa cose che poi non riconosce come sue. Da fuori quel lato non sembra una malattia: sembra un uomo incantevole e pieno di progetti, ed è per questo che nessuno lo individua finché non ha già rotto qualcosa. Sull'altro lato c'è il pozzo, e nel pozzo uno non è triste: è convinto, con una certezza che non ammette discussioni, che tutto sia irreversibile e che gli altri starebbero meglio senza di lui. Quel lato mente. Lo ripeto perché è la cosa più importante di questa lettera: quando quella voce parla, mente.

A me nessuno l'ha detto fino ai trentatré anni. Tuo nonno, che non hai conosciuto, ce l'aveva anche lui, e nemmeno lui l'ha saputo in tempo, e quando l'ha saputo non ha avuto nessuno che gli tenesse ferma la terapia. È morto quando io avevo vent'anni. Con lo stesso medicinale che oggi mi tiene in vita. Te lo racconto senza abbellimenti perché hai diritto di sapere da dove vieni, e perché c'è una cosa che voglio tu sappia di me prima di qualunque altra: io quella cosa non la farò. Mai. Quando sei passato attraverso la morte di una persona cara in quel modo sai il male che fa a quelli che restano, e non ti passa nemmeno per la testa. Ho troppe cose da fare, e una di quelle è aspettarti.

Adesso la parte che un padre preferirebbe non scrivere. Questa malattia in parte si eredita. Non del tutto, non sempre, e lo dico perché tu non ti spaventi né per eccesso né per difetto: la maggior parte dei figli di chi ce l'ha non la sviluppa mai, e quelli che la sviluppano non sono condannati a quello che ho vissuto io, perché quello che ho vissuto io non è la malattia: è la malattia più vent'anni senza un nome. E c'è un'altra cosa che ti tocca da vicino e che ti dico senza l'orgoglio cieco che si portano addosso i padri: sei molto sveglia, e ti riesce bene quasi tutto quello che tocchi. Quello è tuo ed è magnifico. Però chi studia questa malattia da anni ha trovato che l'intelligenza, soprattutto quella delle parole, e questo quadro condividono parte dello stesso terreno. Non è una minaccia. È una mappa. E la mappa dice questo: quello che fa scattare questa malattia non sono soprattutto le droghe, anche se spingono; è lo stress sostenuto e la mancanza di sonno. Tu vivi con la pressione di chi vince sempre. Perciò ti do le quattro regole che a me non ha dato nessuno. Dormi; se per tre notti di fila non hai bisogno di dormire, quella non è energia, è un avvertimento. Se un giorno senti che sta arrivando il temporale, dillo presto a qualcuno, anche se ti sembra di esagerare. Nemmeno una droga di strada, e non te lo dico per morale: quello

che si tocca è la chimica con cui pensi. E chiedi aiuto prima di averne bisogno, perché chiederlo presto è da svegli e non da deboli. Se un giorno servirà, avrai dal primo giorno quello che tuo nonno non ha avuto mai e io ho avuto tardi: un nome, una cura e gente che sa che cosa fare.

Gli anni in cui non sono arrivato fino a te te li racconto senza amarezza. Sono stato malato senza saperlo, e poi malato sapendolo e senza farcela, e ci sono stati periodi in cui ho creduto sinceramente che fosse meglio per te che un uomo così non ti stesse vicino. Oggi so che quello era il pozzo che parlava. Quello che voglio ti resti è una cosa sola: i vuoti non sono stati dimenticanza. Conservo le cinque volte che ti ho avuta vicino in tutta la tua vita come si conservano le pietre che brillano, e te le restituisco una per una nel caso fossi troppo piccola per conservarle tu: la bambina che mi ha studiato con la serietà di una notaia e ha deciso il secondo giorno che quel signore era affidabile; il pomeriggio in cui ti sei addormentata tra le mie braccia; il fine settimana in cui mi hai trattato con la cortesia che si riserva a una visita, e a ragione; la teoria dei polpi; l'abbraccio dell'aeroporto.

Vengono adesso i consigli, che sono la parte di padre che si può esercitare per posta. Per scegliere le persone, guarda due cose: che cosa fanno quando non ci guadagnano niente, e come parlano di chi non è presente, perché così parleranno un giorno di te; e tieniti quelli che compaiono nel momento più inopportuno. Sul perdono: perdonare è posare la pietra, non assolvere chi l'ha tirata. Sull'amore: scegli qualcuno a cui le tue gioie facciano davvero piacere. E sii dignitosa con quelli che hai più vicino, che è l'unico posto in cui quella cosa si dimostra. Dentro questa lettera te ne lascio un'altra più piccola, per i giorni brutti. E ti lascio detto che qui hai una casa tua, e che non dovrai mai scegliere tra i posti da cui vieni.

Mentre leggi questo io starò facendo quello che ti ho promesso all'inizio: prendendomi le pastiglie, scrivendo, volendo bene a quelli che sono rimasti e lasciando la porta aperta. Non ti chiedo di venire. Ti dico dove sono.

Tuo padre.

E quello che è venuto dopo, quello di oggi, è silenzio: io e mia figlia non ci siamo più parlati da quella visita. Della sua vita vengo a sapere dai social, come uno sconosciuto con buona memoria. Ai miei messaggi sua madre risponde con silenzi che a volte si allungano fino a sembrare sparizioni, e ho già detto perché: prudenza e paura. Con la testa lo capisco perfettamente. Con il resto, no. E ciò nonostante bisogna dire quello che ha fatto bene quella donna, con cui questo li-

bro non ha un solo conto in sospeso: ha cresciuto da sola una ragazza brillante, educata e perbene, e quando le ho raccontato la mia diagnosi è andata a leggere su quella malattia, senza che io glielo chiedessi. Un giorno le ho detto l'unica cosa che avevo davvero bisogno di dirle: che se un giorno avesse visto in Clau-dia un sintomo precoce, la mettesse in cura il prima possibile, perché non soffrisse quello che ho sofferto io prima del nome. Mi ha risposto che aveva già letto. Quello che metto io in quella lettera è un granello di sabbia sopra un lavoro che era già fatto.

Ed è questo che bisogna raccontare a un figlio su questa malattia: non la paura, la mappa. L'eredità non si può cambiare; quello che si spezza non è la catena del gene, ma quella del silenzio. Il mio proposito è restare fermo dove sono: scrivere senza pretendere risposta, affacciarmi senza invadere, e restare rintracciabile e stabile per il giorno in cui a lei venga voglia di andare a cercare suo padre. La sua infanzia intera me la sono persa e quello ormai non ha rimedio. Quello che resta davanti ho intenzione di aspettarlo sul binario, con la puntualità di chi lavora nei treni. Ce l'ho nel sangue: mio nonno ha finito per lavorare nei treni.

Epilogo • La dose della notte

Chiudo il portatile.

Le undici e mezza di una notte d'estate nella casa del paese. Sul divano dorme Kira. In camera dorme Laia. Fuori, il paese a quest'ora fa il rumore di sempre, che è quasi nessuno.

Vado in cucina. Sul piano di lavoro ci sono i due bicchierini da shot che non avranno mai più liquore dentro, e questo l'ho già raccontato: in uno ci va quella della mattina e nell'altro quella della sera. Quello della sera porta due di litio e quello che mi ha messo il mio medico per dormire dopo l'ultimo ricovero. Due intere, di notte. La pastiglia e mezza è quella della mattina, e quella mezza si spezza con mia madre accanto. Qui non c'è niente da spezzare. Me le rovescio nel palmo della mano e le ingoio con un bicchiere d'acqua, come tutte le sere da più di sette anni.

E il litio sa di moneta vecchia. L'ho scritto nella prima pagina e lo ripeto nell'ultima perché non è cambiato e non cambierà mai: sa di metallo, di quella ruggine che lascia il rovescio di una peseta quando la si passa sulla lingua. Dietro il sapore arriva quello di sempre, nello stesso ordine e senza chiedermi il permesso: mio padre, il barattolo arancione accanto al lavello, tra la spugnetta e il sale, quella cucina, la cartellina azzurra che continuo a non aprire. Mio padre sta dietro a ogni dose. È stato in tutte le più di cinquemila che mi porto addosso e sarà in tutte quelle che mi restano, e ho smesso di litigarci, prima perché non si può e poi perché, se devo essere sincero, non lo voglio nemmeno. Lui le metteva da parte. Dose dopo dose, mesi interi, nascoste in qualche angolo della casa, finché non ne ha messe insieme abbastanza. Io le ingoio. Sta lì la differenza intera, e sta dentro un bicchierino da shot.

Questa volta no.

Lo penso con quelle tre parole esatte, tutte le sere, e non è una frase che abbia fabbricato per chiudere un libro: è quello che mi si accende da solo in testa quando il sale scende. Questa volta no. E non perché io sia più forte di lui, che non lo sono, né migliore, né più sveglio. Perché ho quello che a lui non hanno

dato: il nome di questa roba, un medico che è lo stesso ogni mese, una sorella capace di distinguermi i silenzi, una madre a dieci minuti da qui, una donna nella stanza accanto che la mattina mi guarda la faccia prima del cellulare, e una gatta che pretende calore e cibo e non mi chiede mai spiegazioni. Con tutto quello intorno, la stessa pastiglia fa esattamente il contrario di quello che ha fatto con lui. E se di questa malattia c'è qualcosa che valga la pena ripetere, è quella: che con lo stesso sale e lo stesso cervello si può finire morti in uno spiazzo a sessantasei anni o in piedi in una cucina a quarantuno, e che quello che decide quale delle due cose succede non sta dentro la pastiglia. Sta intorno.

Il libro esiste.

La storia della mia fottuta vita con questa gente è scritta. Con i nomi cambiati per proteggere chi va protetto e con quello che è successo raccontato così com'è successo. Con il primo ricovero e con questo sapore. Con Claudia e la sua mappa con una stella sopra il posto in cui vive suo padre. Con Kira e il suo musetto distribuito senza nessuna simmetria. Con Laia, che è rimasta.

È tutto qui dentro, e finalmente l'ho raccontato io. Scritto pesa di meno, e a questo libro non chiedevo altro: niente restituzioni di quello che ho perso, solo lasciarmelo portare in un altro modo. Quello che facevo prima era ruminare, che anche quello ha un nome e un capitolo nei manuali: rigirarsi le stesse scene e le stesse frasi, ogni mattina, sempre al presente, come se tutto stesse ricominciando a succedermi da capo. Scrivere una cosa con il suo ordine e il suo contesto la manda al passato, che è dove le tocca stare. Smette di essere una ferita che si apre da sola e diventa un paragrafo scritto che non c'è più bisogno di riscrivere. Ogni capitolo che ho chiuso ha chiuso anche, un po', quello di cui parlava. E non è che faccia meno male: è che ormai è detto, e non me lo devo ripetere da solo alle tre del mattino.

E resta un conto in sospeso con una canzone, perché l'ho capita a metà dieci anni fa, seduto sulla panca di un rifugio mentre veniva giù la grandine, e l'altra metà non l'ho capita fino a scrivere questo. Dice la canzone che alla fine la cosa viene come in un film, e che fa male lo stesso. Quel pomeriggio, con la mania accesa e con tutto da perdere, a me quella roba era suonata come una consolazione da perdenti. Oggi la sottoscrivo, perché mi è successo. Confronto come me la gioco adesso con come me la giocavo allora e il risultato è da film. Una mania la gestivo dando fuoco alla mia vita e registrando nel cuore della notte; adesso la gestisco con il litio, con un medico, con una donna che mi legge la faccia e con queste pagine. Perdevo a ondate case, lavori, compagne, amici.

Adesso c'è una casa, qualcuno che non se ne va, una figlia che sa dove vive suo padre, e un libro nel posto dove prima c'erano solo calcinacci non raccolti. Prima mi raccontavano gli altri. Adesso mi racconto io. Quindi sì: da film.

E fa male lo stesso.

Fa male Marta. Fa male Rocío. Fa male Inés. Fanno male gli anni che mi sono rimasti nei tribunali, nei reparti di psichiatria e negli straordinari, a pagare quello che ha rotto una malattia che nessuno mi ha chiesto se la volevo. Fanno male otto anni e mezzo senza vedere mia figlia, che ormai non me li restituisce nessuno. Fa male la gente che cambiava marciapiede vedendomi arrivare. E fa male in un altro modo, più pulito, sapere che parte di quel disastro l'ho fatto io. È questo che la canzone sapeva e io ancora no: che fare le cose bene non cancella nessuna fattura. Si può finire bene e continuare a far male, perché il dolore non è quello che si paga per aver fatto male. È il segno che lì c'è stato qualcosa.

Lascio il bicchiere nel lavello. Spengo la luce della cucina. Kira non fa una piega.

E domani tocca spezzarne una. Chiamerò mia madre.