

Prefazione



Il dolore può distruggere oppure no. Non c'è una regola scritta e non c'è giudizio se dalla voragine in cui ci precipita la morte improvvisa di chi amiamo non riusciamo a vedere la luce.

Però ci sono dei percorsi che ci possono accompagnare con discrezione, misura, umanità.

Si tratta della parola.

Sappiamo che la parola crea. Fa accadere le cose e anche guarisce. Ma come si fa se il dolore sprofonda nel silenzio? Il dolore è sempre personale e l'incomunicabilità fa parte della sua natura.

Ma c'è un modo di riconoscersi in un rispetto che accoglie anche i silenzi. Capita quando dall'altra parte ad accogliere il silenzio c'è chi non giudica, perché conosce l'immensità del fatto, sa che anche non parlare è un modo di comunicare. E allora, proprio per questo, la parola un poco alla volta arriva, dà forma alle storie e permette che tutto quello che è possibile rimanga, venga salvato.

Questo bellissimo testo condivide con noi lettori un percorso di aiuto spontaneo talmente perfetto da essere un modello. È nato senza intenzione, dal desiderio di condividere di alcune donne che hanno improvvisamente, impensatamente, in tempi brevissimi, dovuto lasciare andare il proprio marito o compagno per il Covid. Una causa di morte che nemmeno esisteva, prima di una certa data del 2020, data imprecisa e fluttuante, a seconda del Paese, della regione, dell'ospedale.

Ci sono momenti che ritornano nelle belle testimonianze di queste donne innamorate che hanno perso il loro bene. Gli

abbracci mancati, gli ultimi giorni di vita, i figli tenuti lontani. Sono racconti trapuntati di ore e di date. L'ora e la data della telefonata dell'ospedale. L'annuncio della fine che nessuna poteva davvero immaginare perché da lontano, senza vedere, ci si può solo illudere, fino alla fine. Siamo più pronti al miracolo che alla morte, sempre.

In queste pagine è come se la comunità narrante avesse trovato spontaneamente la forza riparatrice della parola. Meravigliosa lezione per una società dissipatrice della parola, così pronta a scagliarla nella forma dell'insulto o del sospetto. O a trattenerla, nell'indifferenza.

Il dolore che un poco alla volta lascia spazio all'amore è il miracolo possibile quando non si è soli. In una società che celebra l'individualismo, l'essere unici, uomini soli al comando, sopra o contro gli altri, ancora una volta il bene arriva dal condividere.

Mai soli. Mai sole. Lo sappiamo ma lo dimentichiamo.

C'è un mondo di sapienza in queste pagine. La figlia di Marina non è convinta che alla madre faccia bene entrare nel gruppo «Unite dal dolore/Unite dall'Amore», perché «pensava che parlare sempre di morte non sarebbe stato salutare». Vero, ma quello di queste donne è un parlare che dà consolazione. Che insieme chiede giustizia ma cerca la strada per continuare a vivere. È un parlare generativo. «Non è sufficiente sopravvivere», scrive Francesca. Proprio nel nome e per amore di chi è mancato, si tratta di tornare a poco a poco a vivere.

«Non vogliamo essere commiserate, ma tornare a nuova vita», scrive Antonella.

Dalla morte, una vita più vera e piena: «Possibile che serva una tragedia per cambiare la visione delle cose?», è la bella riflessione di Laura.

Sarebbe bene arrivarci senza la tragedia. Ma se questa malattia ci ha aggredito e così sono andate le cose, allora prendiamo il bene, tutto il bene possibile.

Non solo a livello personale. Il Covid è una malattia che si è confusa con altre più innocue e conosciute. Ha spaginato le conoscenze e le cure, confuso i medici, mandato in crisi un sistema sanitario tutto sommato buono, pubblico, presente anche se impreparato, ora lo sappiamo, a questa bufera, assurdamente impoverito nella sua componente più importante: il presidio del territorio, la medicina di base. Ora lo sappiamo, eccome. Questo libro ci aiuta a non dimenticare. Sappiamo cosa chiedere a chi ci governa. In questo senso la testimonianza personissima e quasi intima di questo libro diventa educazione civica, programma politico, educazione alla cittadinanza.

*Mariapia Veladiano*¹

¹ Mariapia Veladiano è stata insegnante e preside. Scrive romanzi: il primo, *La vita accanto*, ha vinto il Premio Calvino ed è arrivato secondo al Premio Strega nel 2011. L'ultimo è *Adesso che sei qui*, Guanda editore. Il suo sito: www.mariapiaveladiano.it



Introduzione

Perché «Unite dall'Amore»

Siamo state definite le vedove Covid. Vedove ed anche per sempre mogli che hanno amato e amano incondizionatamente i propri mariti. La pagina pubblica su Facebook «Unite dall'Amore – Le nostre storie» è nata dalla necessità di raccontare la nostra verità, perché ciò che abbiamo vissuto e subito possa essere compreso da tutti, anche dai fortunati che non ci hanno mai creduto, e perché le tristi storie dei nostri mariti non vengano dimenticate. Ci siamo improvvisate scrittrici, creatrici di video, montatrici immagini e quant'altro. Cerchiamo però di trasmettere tutte le nostre emozioni, ogni sentimento, ogni minimo dettaglio di ciò che ha stravolto le nostre vite.

Prima della pagina pubblica su Facebook, avevo aperto l'omonimo gruppo privato, e prima ancora una chat su Messenger. Dopo la perdita di mio marito Danilo mi ero sentita persa, arrabbiata, disperata. Sentivo che il mio cuore non avrebbe retto dinanzi a quel dolore. Mi chiedevo come avrei potuto trovare la forza nel confortare mio figlio. Senza rendermene conto passavano i giorni, le settimane... Danilo non era più con noi. Non riuscivamo ad accettarlo e i ricordi ci logoravano sempre di più.

Dopo alcuni mesi, a giugno 2020, ho scoperto il comitato «Noi denunceremo – Verità e giustizia per le vittime di Covid-19». Scorrevo la pagina del gruppo Facebook e leggevo storie come la mia di chi ha subito ingiustizie, di chi ha lasciato questo mondo senza una carezza o un conforto. Storie di solitudine, impotenza e sensi di colpa. Più leggevo e più mi ritrovavo in quei racconti così tormentati. Ho iniziato a chiedere l'amicizia ad alcuni membri del comitato e i messaggi diventavano sempre più frequenti.

Un giorno ho pensato di creare un gruppo su Messenger, «Unite dal dolore», invitando donne che come me avevano perso il marito per questo maledetto Covid. La chat all'inizio era lenta: pian piano raccontavano cosa avevano vissuto, c'era chi parlava di più e chi leggeva soltanto. Ognuna aveva i propri tempi. Eravamo in venti, ma giorno dopo giorno aumentavano i messaggi e i racconti diventavano confidenze. Così, naturalmente, capitava che chi stava meglio sorreggeva e confortava chi non aveva la forza di reagire. A turno ci siamo consolate. Il gruppo per noi era una bolla, uno scudo protettivo; solo lì potevamo parlare con chi realmente potesse capirci, senza inutili parole di circostanza né moralismi o pietà. Nel gruppo potevamo raccontare quello che non era possibile dire in famiglia, parlare della felicità altrui e della nostra ingiusta infelicità, tenerci compagnia la notte quando i momenti traumatici ritornavano come se fossero reali.

Da 33 a 65 anni, ormai eravamo donne «Unite dall'Amore»: così abbiamo cambiato il nome del gruppo. Abbiamo anche intrapreso un percorso alla scoperta di noi stesse. Confrontandomi con Antonella Amadio, una mia amica, è nata l'idea di un supporto settimanale con meditazione guidata. Con Antonella abbiamo ricercato il nostro equilibrio, colmando il vuoto rimasto dalla perdita dei nostri cari con forza e luce e imparando a lasciar andare tutto ciò che comprometteva e sabotava il nostro benessere. Un percorso alla ricerca della parte più profonda di ognuna verso la consapevolezza.

Laura Mambriani

Laura Mambriani: il suo nome mi era ormai noto. Dopo mesi di chiusura in me stessa con il mio dolore, ho deciso di confrontarmi con persone nella mia stessa situazione. Laura la leggevo nei commenti di post di donne e uomini che si tormentavano per lo stesso motivo. Poi sono stata scelta da lei per entrare nella cerchia delle donne «Unite dal dolore», gruppo su Messenger divenuto in seguito «Unite dall'Amore». Laura ha pensato di

invitare donne che come lei avevano perso il marito o il compagno a causa del Covid, me compresa.

Arrivò il momento in cui le parole scritte si trasformarono in chiamate. La timidezza per alcune ha rallentato la fase, ma ben presto ci siamo ritrovate numerose. Vedendo i nostri volti, ascoltavamo le storie d'ognuna; capitava di piangere insieme e ci ritrovavamo in ogni emozione, in ogni paura, in ogni angoscia. Una vera e propria terapia di gruppo.

Poi in alcune sere le risate accompagnavano gli argomenti, chattavamo di altro che ci portava lontano dalle angosce: ricette, fotografie di chi per la prima volta aveva rimesso il rossetto o di chi si era rifatta la tinta ai capelli. Parlavamo dei figli o dei nipoti, ci scambiavamo registrazioni audio, piattaforme di giochi a carte o di nomi-cose-città. Ci sentivamo stupide a ridere davanti al cellulare. Eravamo così lontane, da nord a sud dell'Italia, eppure ci sentivamo così vicine.

Ho sentito la necessità di partecipare attivamente, di contribuire al benessere del gruppo. Ho avuto l'impressione che stimolare e aiutare le altre significasse incitare me stessa. Abbiamo creato la pagina Facebook «Unite dall'Amore», quasi come a voler gridare con dignità tutta la nostra sofferenza, raccontando di noi, di quanto ci è successo, del grande amore perduto.

Dopo diverse interviste televisive e giornalistiche, giorno dopo giorno, aumentavano le richieste per potersi inserire nel gruppo. Così con Laura abbiamo deciso di aprire un gruppo privato su Facebook che potesse accogliere tutte le compagne dei mariti con le ali.

Oggi il gruppo è composto da oltre centoventi donne; alcune hanno ancora difficoltà a scrivere, ma sono comprese da ognuna, perché è una fase affrontata da tutte. Continuiamo a supportarci e consigliarci. Diventa più complicato, perché man mano entrano nel gruppo donne che hanno subito la perdita da pochi mesi, se non da poche settimane, quindi ci troviamo in fasi

diverse. Però nella difficoltà chi sta più avanti è da stimolo a chi è appena arrivata.

Auto mutuo aiuto: sì, noi siamo questo. La forza è rappresentata dalla reciprocità e dalla collaborazione. Ogni persona che fa parte del gruppo lo arricchisce con la propria storia e fornisce alle altre conoscenze utili: mette a disposizione la propria esperienza e il vissuto del problema di cui si discute.

Non ci sono psicologhe. Non c'è un numero verde istituito da poter chiamare. Ci sono il nostro tempo, i nostri pianti, i nostri pensieri, i nostri dolori, i nostri sentimenti. I nostri... Quelli di tutte. Ognuna con la propria modalità, con la propria ripresa.

Nei mesi scorsi la giornalista Laura Badaracchi ha contattato Laura Mambriani, prendendo a cuore le nostre storie. Dopo interviste per diversi settimanali, ha promosso l'idea della pubblicazione del libro. Oggi siamo qui, tutte insieme, con i nostri mariti con le ali. Tutte noi la ringraziamo di cuore: non solo ha dato voce ai fatti accaduti, ma ci ha dato anche l'opportunità di liberare i nostri sentimenti ed emozioni.

Stefania Principale