

La zona rossa nella tenda da campo

Natalia Grazian
Psichiatra

*“Non si vede bene che con il cuore,
l'essenziale è invisibile agli occhi.”*

Così la volpe, su quello strano pianeta terra, diceva addio al suo nuovo amico. Invece la recente pandemia ci ha lasciato quasi solo gli occhi, unico organo accessibile in una vicinanza negata, impossibile, mortifera. Sono marchigiana quindi conosco bene il terremoto: un'occhiata al lampadario e la corsa fuori casa. La paura rimane per giorni. Ho anche subito un lutto improvviso, un terremoto emotivo: la terra si è aperta sotto i miei piedi e in pochi minuti mi sono ritrovata al di qua del baratro e la mia vecchia vita è rimasta al di là, perduta assieme a chi non ho potuto salutare. La paura è rimasta per anni.

Quando accadde lavoravo come psichiatra al Niguarda da dieci anni e andavo fiera del “mio” ospedale, mi sentivo al sicuro con tutti quei centri d'eccellenza. Un giorno in pronto soccorso mi minacciò un paziente armato e capii che ero giunto il momento di dare le dimissioni, gravata come ero di una doppia responsabilità genitoriale. Fu una scelta dolorosa e sofferta ma inevitabile, fortunatamente mi stavo formando da tempo come psicoanalista.

Intanto gli anni passano, la città si abbellisce per l'EXPO e lo skyline diventa quello di una vera metropoli. I miei genitori si ammalano gravemente e vengono salvati dai medici del Niguarda; mio padre trascorre un lungo periodo in terapia intensiva. Una mattina alle sei “arriva il cambio” e mi trova accasciata a terra in lacrime al di qua di una porta che rifiuta di aprirsi, che per anni avevo sbloccato con il mio badge. Il ricordo della vecchia vita è diventato troppo faticoso e mi trasferisco in un'altra regione, mantenendo lo studio a Milano che raggiungo in treno e metro: mezzi sicuri nella vecchia vita.

Prima che arrivasse il terremoto Covid.

Giovedì 21 febbraio mentre chiudo la porta dello studio mi sorprendo a pensare che forse dovrei prendere alcune cose, se non tornassi per un po'... liquido subito questo pensiero con una triste riflessione sulla paura che ho dentro, che a volte torna ad affacciarsi, di cui mi rammarico.

Nei giorni successivi le notizie si fanno sempre più sconcertanti e inizio a ripensare con angoscia a quella porta “blindata” della rianimazione al di là della quale si teme stia morendo una persona cara senza poterla salutare, senza poterla guardare negli occhi.

Penso anche molto, con un grandissimo senso di colpa, a come sarebbe stato infinitamente difficile ed emotivamente devastante fare parte di quegli operatori sanitari designati a guardare negli occhi uno stuolo di pazienti COVID.

Domenica pomeriggio quando arriva anche la notizia della chiusura delle scuole nella città in cui vivo decido di rinunciare al mio consueto viaggio a Milano l'indomani ed avviso i pazienti che lavorerò per un po' via Skype.

Le reazioni vanno dalla negazione “ma dottoressa si è fatta prendere anche lei dalla psicosi” all'angoscia “beata lei che può starsene lontano dalla Lombardia, qui la situazione è gravissima” alla rabbia “ne approfitta per fare una vacanza” alla paranoia “ma non disdice solo la mia visita?”.

Sono in difficoltà, mi vergogno di questo eccesso di premura e mi giustifico: “temo che interrompano i collegamenti e allora non riuscirei a tornare a casa”, il che accade 48 ore dopo quando la situazione è già precipitata.

Decido di trasferirmi con mia figlia dai miei nelle Marche da dove, mentre osservo la cartina del contagio allargarsi, **inizio a sentirmi un puntino di zona rossa dislocato a 400 km...** da Niguarda. Lavoro **sotto una tenda da campo con i miei pazienti**, come dopo un terremoto, che ci ha portato via la nostra casa comune, il nostro *setting*.

Viene dichiarata la pandemia, il Papa ci benedice, gli esperti ritrattano, inizia il *lockdown*; insomma la terra continua a tremare.

Le giornate tuttavia volano. La mattina mi trucco, mi vesto e mi siedo davanti al pc per entrare nel silenzio assordante delle case milanesi interrotto di continuo dalle sirene delle ambulanze. Loro dicono “ecco, sente?”; certo che sento, in realtà mi sento in colpa per essere fisicamente lontana ma allo stesso tempo spero di riuscire a tenerli saldamente per mano, accompagnandoli, proprio grazie a questa sicura lontananza. Arrivano telefonate fuori *setting* a tutte le ore perché hanno portato via un vicino, perché un amico ha il tampone positivo, perché “ho toccato un passante e mi dica che non mi sono contagiato”; arrivano anche spesso video e vignette. Penso che si innalzi la temperatura della condivisione nel tentativo di elaborare il trauma, quel trauma collettivo che esonda la capacità della mente. Anche i contatti con i colleghi si intensificano, facciamo riunioni virtuali per confrontarci ma anche per contenere ed elaborare le angosce e mantenerci vivi.

Un buon esercizio di vitalità è anche quello di partecipare all’iniziativa dell’ascolto per il numero verde del Ministero della Salute.

Spesso la sera, nelle prime settimane, non ho più la forza di parlare, solo di piangere.

Ma all’improvviso la mia mente si riorganizza, si instaura una nuova routine e forse grazie al supporto del mio analista, delle supervisioni settimanali, della vicinanza compatta del branco ma soprattutto del riconoscimento dei pazienti si attenua il senso di fatica e di impotenza.

La scosse di terremoto sembrano essere solo quelle di assestamento, la tenda si fa confortevole. Una notte sogno di avere involontariamente appiccato il fuoco a Niguarda, di essere fuggita ma di avere poi scoperto con sollievo che non vi fossero morti, solo feriti; capisco di stare finalmente elaborando il senso di colpa per essere fuggita o forse soltanto per essere viva.