

A GIANNA E LAILA

– LE MIE VOLONTARIE ASSOCIAZIONE CONTRO LA VIOLENZA CREMA -

Care (sante) donne,

Mi seguite ormai dal 2018 ed in questi tre anni ed 8 mesi abbiamo imparato a conoscerci reciprocamente.

La mia situazione legale, soprattutto alla luce degli ultimi tragici eventi, sicuramente non si è risolta e questo lascia in me un senso di profonda ingiustizia che al momento sento ancora forte e sentimenti di rabbia e frustrazione mi gridano ancora dentro.

Vi è tuttavia un'altra parte, quella mia e solo mia, il mio percorso psicologico, la crescita della mia persona che vorrei oggi sottolineare attraverso una serie di esempi riguardanti la mia quotidianità.

Dal 3 agosto 2020 non ho mai più avuto un fidanzato, scelta arbitraria, dovuta alla scarsissima capacità di selezione da me dimostrata, però ricordo lucidamente la sensazione di liberazione che provai la sera del 3 agosto quando lasciai "quello lì" e via sms lo scrissi immediatamente a Gianna. Poi la vita ha voluto che "quello lì" condizionasse ancora drammaticamente la mia esistenza e tutto il triste susseguirsi di avvenimenti lo conoscete bene. Ecco, io ora però, vorrei soffermarmi su quella sensazione di liberazione e su tutti i conseguenti aspetti estremamente positivi che ne sono derivati.

Intanto la sera del 3 agosto 2020 mi sono sentita libera di scegliere e ho scelto. Autodeterminazione di me stessa. Precedentemente mai provata. E me l'avete insegnata Voi. Come? Avete presente quante volte nei nostri incontri e colloqui privati mi avete chiesto: "E cosa vuole S.? S. vuole questo? Guarda che puoi dire anche dei NO, nessuno ti obbliga a dire sempre dei sì". Io ho tenuto in fortissima considerazione queste Vostre semplici parole nell'operare determinate scelte.

Siete riuscite a promuovere e sviluppare in me un senso di autonomia e fiducia in me stessa migliorando di gran lunga la mia autostima.

Al contempo mi avete insegnato chi sono veramente, facendomi acquisire anche una nuova ed appagante consapevolezza della mia identità personale, sociale ed anche culturale. Io sono sempre stata questo ma pare io non lo abbia mai saputo e quindi fatto valere. Ora lo so.

Quando Vi raccontavo determinati episodi, anche del mio quotidiano, al di fuori della violenza, Voi avete sempre puntualizzato di trattenere la parte positiva, mi avete sottolineato che se realizzo ad esempio un progetto nel mio lavoro di insegnante e quel progetto viene poi adottato in tutte le classi, evidentemente era un progetto valido, al di là della mia percezione o delle parole di congratulazione che erroneamente sempre aspetto. Questo è solo un esempio tra mille che potrei citare; davanti alle mie insicurezze, ai miei dubbi, al non rispetto che ahimè mi sono sempre portata Voi eravate sempre lì a farmi ragionare, a farmi considerare tutto da un'altra prospettiva e così mi avete insegnato anche il rispetto, il rispetto di me stessa e degli altri, il calibrare la mia eccessiva

disponibilità con tutti, acquisendo autocontrollo nei comportamenti, soprattutto in quelli socio-affettivi ed emotivi.

Ho imparato a proteggermi, non solo da un partner violento, ma col tempo ho anche capito che al primo segnale di vessazioni fisiche e psicologiche, bisogna allontanarsi subito e non guardarsi più indietro.

Un mio errore, il più grave, peraltro reiterato, era stato proprio questo: io ho perdonato, io sono tornata con lui, due volte, dopo pesantissime violenze. Ora non mi sembra possibile ma ora io sono diversa.

“Quello là” oltre a picchiarmi e non poco, esercitava su di me anche una pericolosa manipolazione psicologica: mi sminuiva continuamente, mi chiedeva sempre soldi in prestito per alimentare i suoi vizi privandomi quindi anche della mia indipendenza economica e mi allontanava dai miei affetti, amiche, amici e parenti.

I soldi che guadagno con il mio onesto ed amato lavoro oggi li gestisco io e me ne restano in tasca molti di più. Non sono più costretta a pagare pacchetti di sigarette o peggio, birre medie, pranzi e cene al ristorante di lusso per ostentare con gli altri, riparazioni ad un'auto o a un motorino non mio. Ora io gestisco il mio denaro per l'affitto, per le bollette, per la mia automobile, per la spesa e per tutto ciò che fa piacere a me ed ai miei figli. Senza ingerenze esterne.

Ora come ora mi sembra fantascienza ma queste dinamiche appartengono invece ad un passato recente.

Oltre ad una nuova e giusta gestione del mio denaro, un aspetto che reputo assolutamente positivo è la gestione del mio tempo.

Come vi raccontavo in alcuni colloqui è davvero fantastico poter disporre del proprio tempo a proprio piacimento: svolgere davvero solo le attività che si vogliono svolgere, coricarsi senza un orario con il proprio bimbo e risvegliarsi abbracciati e fargli le coccole (senza l'obbligo di tenere il bimbo forzatamente in un altro lettino perché costretta ai rapporti sessuali con un uomo), guardare un film o un cartone con S. (che all'epoca era sempre relegata in camera sua perché la tv in salotto la gestiva “quello lì”), farsi una doccia con calma o addirittura una vasca da bagno prolungata, non depilarsi, non truccarsi, non cucinare sempre da Masterchef ma permettersi anche un panino con i salumi ogni tanto, poter leggere un libro a letto, poter fare una videochiamata con un'amica, potere riordinare il garage o la cantina senza essere minacciate per un'assurda gelosia, poter andare al cinema o a bere un caffè con una collega, poter sbloccare su whatsapp gli amici di sesso maschile e parlarci tranquillamente...potrei continuare questa lista all'infinito ma concludo dicendo che grazie al percorso di consapevolezza svolto qui, sono diventata anche PADRONA DEL MIO TEMPO. Ed è bellissimo!

Ero vittima di un tossico, ma anche il mio amore era tossico e lo alimentavo io stessa con quel senso di dipendenza affettiva che nutrivo verso di lui. Ora ho rotto per sempre questa catena dannosa per

me ed i miei figli e per questo voglio sinceramente ringraziarvi e con gradualità terminare il mio iter di colloqui privati presso di Voi che mi avete dato un fortissimo sostegno e che mi avete reso forte.

Tirando le somme del mio percorso qui posso affermare con certezza che oggi S. È UNA DONNA FORTE, che non scende a compromessi, che non si accontenta e che sa ciò che vuole ma soprattutto ciò che è bene. Ho ripreso in mano la mia vita ed ogni aspetto è andato migliorando, almeno tutti gli aspetti di cui io ho una responsabilità diretta e sui quali posso esercitare la mia forza di volontà. Grazie ancora!

S.