

IL PESO DELLE EMOZIONI

Ferma, immobile, guardo lo schermo del mio cellulare. Una luce intensa mi illumina il viso in una stanza quasi buia. Sul display scorrono fiumi di parole che non mi convincono. Le leggo, le rileggo, le cancello e ricomincio.

È da mesi che provo a scrivere lo stesso messaggio, ma ogni volta finisce allo stesso modo. Resto bloccata a fissare il cursore che lampeggia e il mio cervello si spegne. Niente più idee.

Come si può spiegare un'emozione che non ha nemmeno un nome?

Apro la chat e scorro verso l'alto. Rileggo i vecchi messaggi e mi accorgo che sembrano appartenere a un'altra vita: risate scritte male, promesse fatte troppo in fretta e mai mantenute, cuori mandati senza pensarci troppo. Eravamo felici o, almeno, così sembrava.

Poi qualcosa si è rotto.

È strano come un'amicizia possa riempire così tanto la tua vita per poi perdersi quasi senza fare rumore. Non c'è stato un momento preciso in cui il filo si è spezzato; non una porta sbattuta, nessuna scena di un film da Oscar, solo silenzi sempre più lunghi e rumorosi.

A un certo punto siamo diventate soltanto due estranee con un passato in comune.

Eppure lei era tutto per me, lei che sapeva leggere le mie false verità nascoste dietro ai "va tutto bene", l'amica che non si faceva problemi a dirmi quando stavo sbagliando, la persona con cui ridevo fino a non riuscire più a respirare.

Forse è proprio questo che è difficile spiegare. Perdere un'amicizia non significa solo perdere una persona, ma perdere una parte di sé.

Esprimere le proprie emozioni è complicato. Sono come fulmini, arrivano all'improvviso, non avvisano e riempiono tutto: testa, cuore, pensieri.

Proprio per questo noi adolescenti facciamo ciò che ci viene meglio ossia fingere. Fingiamo che vada tutto bene, ridiamo e scherziamo, ma dentro di noi restano tutte le parole non dette e le emozioni a cui non sappiamo ancora dare un nome.

Fraasi che avremmo voluto urlare rimangono impigliate nella gola e cose che avremmo voluto spiegare si rifugiano dietro a un silenzio.

Torno a fissare lo schermo dello smartphone. Il cursore continua a lampeggiare. Forse questo messaggio finirà insieme a tutti gli altri, nel cestino; forse non lo invierò mai e rimarrà nascosto tra le note del telefono, tra mille tentativi e parole cancellate.

Ma una cosa l'ho capita, anche se spesso ci viene detto che noi adolescenti siamo vuoti, incapaci di amare e di stringere legami. Non è vero. La verità è che proviamo così tante emozioni che a volte le parole per descriverle non bastano e per questo preferiamo il silenzio.

Forse crescere significa proprio questo: imparare, passo dopo passo, a trovare le parole giuste, rompere i silenzi e avere il coraggio di dire al mondo ciò che proviamo, anche quando abbiamo paura di abbattere le mura che abbiamo costruito con il tempo. Crescere significa trovare le parole per dirlo, anche quando sono più grandi di noi.

Anche quando tremano.

Anche quando fanno male.

Perché dopotutto l'unica cosa che non ci è concessa è mentire a noi stessi.