

Alessandra Arachi

BRICIOLE

Comincia con tre polpette al sugo questa storia. Tre polpette di carne di vitello vomitate nel bagno di casa con la porta spalancata. «Anoressia mentale»¹, sarebbe stata la diagnosi psichiatrica. Mio padre non avrebbe mai voluto crederlo. Mio padre che poi non avrebbe nemmeno vissuto abbastanza per la fine di questa storia.

Una storia da manuale. Per trovarne una simile basta aprire un libro di medicina, di quella medicina moderna che studia la mente e scopre che è possibile lasciarsi morire semplicemente perché il cibo diventa un nemico.

Mangiare mi aveva sempre dato gusto. Panna montata e ghiaccioli, ma anche tortellini, patatine fritte, cioccolata. Una bambina vivace. Poi un'adolescente allegra e sportiva. È a metà della crescita che ho voluto rovinare una vita bella, dunque tranquilla, dunque noiosa². Così la vedeva un cervello che era troppo cupo, senza motivi, per occhi troppo accesi. Occhi marroni, naso sottile. Gambe lunghe, ma non magre. Non a sufficienza per me che soltanto scheletrica pensavo che avrei potuto avere il mondo ai miei piedi³. E a pensarci ora non mi sarebbe nemmeno bastato. Volevo avere tutto quello che non potevo avere. Il giusto e il desiderabile erano sempre altrove. [...]

Ma adesso la storia. Comincia con tre polpette al sugo: avevo diciassette anni, quel giorno. Le scarpe dovevano essere Adidas da ginnastica, quelle con tre strisce blu oblique sui lati. L'orlo dei pantaloni talmente stretto che il piede doveva passarci soltanto in verticale. Per il resto bastava che i vestiti avessero firme e marchi un po' ovunque e dentro al bar Giovanni si poteva entrare senza dar troppe spiegazioni. Come eravamo? Normali. È per questo che preferisco ricordarmi come un'estranea di passaggio, anche se a rimanere con loro mi sarei risparmiata molti guai. Con loro al bar, o con gli altri, ai giardini di piazza S. Quando non giocavo a pallacanestro, passavo il tempo a piazza S. nello slargo tra la farmacia e il distributore di benzina, di fronte ai giardinetti. Là c'era meno gente di quanta non ce ne fosse al bar Giovanni e ogni tanto si finiva anche in qualche casa con l'occhio sulla televisione o l'orecchio nello stereo. Le chiacchiere erano sempre le stesse: nemmeno alla musica si dedicava attenzione, un ritmo valeva l'altro, le parole non avevano importanza. In quei giorni nella piazza del centro le illusioni di una rivoluzione si stavano prosciugando dietro agli ultimi cortei⁴. Io nemmeno lo immaginavo. Non potevo saperlo perché per me a quel tempo la vita si esauriva tra l'ovatta di una scuola di suore e la necessità di far passare i pomeriggi il più velocemente possibile: da qualche mese non mi divertivo più. Parlavano di culi e bicipiti⁵ gli amici dei miei pomeriggi. E sembravano contenti. Le palestre erano chiese nei loro sogni

avviati attorno ai soldi e al sesso, tra chiacchiere, noia e i muscoli di Angelo che anche di inverno si ostinavano a girare in magliettina per non farci perdere lo spettacolo delle sue braccia gonfiate. Il suo torace largo era un tormento per Carlo, rachitico, nonostante il suo denaro. Quel denaro che però serviva per tenere a bada Sonia e le sue cosce lunghe. Avevano tutti soldi in abbondanza i ragazzi dei giardini di piazza S. Tranne Fabio, con il quale mi ero rapidamente fidanzata forse per quello stesso spirito di contrasto che mi portava a piangere quando gli altri ridevano. Fabio non era ricco. Ma riusciva a non farsi mancare le moto da provare sull'autostrada e a comprarsi vestiti, quasi come gli altri, a costo di avere soltanto quello dalla vita. Forse, dopo, avrei vomitato tutto questo⁶. È l'origine del vomito che mi sfugge. Le cosce ingrassate da un'adolescenza veloce non possono bastare come spiegazione. Con una dieta non avrei impiegato che due settimane a distruggere i chili superflui. E il vomito sarebbe arrivato quando le mie gambe già sciacquavano dentro ai blu jeans dell'anno prima. La dieta me la propose mio padre. Mia madre fece sparire dagli armadietti della cucina i biscotti dal sapore infantile. Io cominciai eroica la mia crociata contro il cibo e mi sentivo improvvisamente adulta così decisa a resistere alle tentazioni della gola. Per tacitare lo stomaco mi nutrivo dei complimenti di chi ammirava il mio sedere sgonfiarsi dentro le gonne aderenti. «Un altro chilo ancora», era il ritornello che sostituiva la pastasciutta. Il pomeriggio correvo a piazza S. a invidiare le gambe di Sonia e Margherita, lunghe, magre, ammirate. In meno di un mese il mio cervello riuscì a trasformare un pezzo di pane in un dannoso concentrato di zuccheri, l'olio in un accumulo irrecuperabile di grassi. Diffidavo di qualsiasi cosa commestibile⁷, ma riservavo al cibo tutti i pensieri della mia giornata. A questo punto vomitai le tre polpette al sugo. Non ero riuscita ad oppormi all'insistenza di mia madre che mi aveva fatto mangiare a forza quella carne, troppo condita e nutriente. Ora quelle calorie erano addensate nello stomaco, pronte ad ingrassare le cosce ed ingrossare i polpacci. Non potevo permetterlo. [...] Per vomitare la carne ci vollero una decina di contrazioni dello stomaco, forti, secche. Le stimolavo convinta: se la bocca dello stomaco si era aperta per far scendere il cibo doveva aprirsi anche per farlo tornare su. Non immaginavo che sarebbe successo con tanta violenza. Le polpette arrivarono tutte insieme ed esplosero nel water, sul pavimento, persino sul muro. Avevo vinto io⁸. Da quel momento vomitare sarebbe diventato ogni giorno più facile, proprio come mangiare due volte lo stesso pasto, in due diverse direzioni. Il cibo che mi veniva sbattuto nel piatto era magicamente diventato la fonte di tutti i miei problemi: rigettandolo li avrei risolti. E non mi importava delle forze che mi abbandonavano, perché c'erano i nervi a sorreggere le gambe e a stimolare il cervello che rimaneva lucido per uno studio sempre più frenetico ed ossessivo. Non avevo bisogno di altro. Me ne convincevo cominciando a guardare il mondo dall'alto in basso. Svanire piano

piano dentro ai vestiti mi avrebbe allontanato dalla realtà. Ogni giorno sempre di piú.

Contesto

Il testo è tratto da *Briciole*, un centinaio di pagine in cui viene raccontata in prima persona la vicenda di una ragazza anoressica, Elena Dilmori, che vive il suo difficilissimo rapporto con il proprio corpo e con il cibo alternando periodi di assoluto digiuno ad altri di grandi abbuffate seguite regolarmente dal vomito. «Briciole» sono dunque le quantità di cibo che ella concede al suo corpo, in una estenuante lotta con i pochi chili che ritiene di troppo, e in cui il cibo rappresenta anche tutto quanto le sta intorno e che rifiuta. «Briciole» sono anche, perciò, gli spazi che la protagonista concede agli altri, al mondo esterno, siano essi gli occasionali amici, i genitori, o Franco, sposato non si sa bene perché e la separazione dal quale, al termine della storia, è segno, comunque, di una qualche volontà di «fare». Unico a emergere da questo «nulla», a riuscire, in vita e dopo la morte, a suscitare in lei emozioni («briciole» di emozioni, che però la inducono a voler cambiare), Saverio, il suo amico tossicodipendente, morto di overdose proprio - come Elena scoprirà anni dopo la sua morte - nel giorno in cui ha deciso di disintossicarsi.

In sintesi

Elena racconta il primo passo verso l'anoressia. Dal nascere del suo disagio e della sua estraneità al gruppo di amici, passando per una dieta suggerita dai genitori, fino ad arrivare al rifiuto consapevole del cibo. Ed ecco che tre polpette rappresentano l'inizio di un baratro.

Autore

Alessandra Arachi (Roma, 1964) è giornalista del «Corriere della Sera», per il quale si occupa di attualità e politica. Ha pubblicato molti libri, il primo dei quali è *Briciole*, trasformato in un film per la tv che ha avuto molto successo. Nel suo ultimo libro, pubblicato nel 2012, *Coriandoli nel deserto*, racconta il mondo degli studiosi di Fisica presso l'istituto Enrico Fermi.

I nuclei concettuali

Anoressia è un termine del linguaggio medico, derivante dal greco (composto dal prefisso *an-*, con significato di «privazione», e la radice della parola *órksis*, che significa «appetito»). L'*anoressia mentale*, o *nervosa*, è un grave disturbo di origine psicologica caratterizzato da un intenso timore di ingrassare, che colpisce principalmente le donne giovani o piú spesso adolescenti. Il segno piú evidente è un'estrema magrezza, con

perdita di un terzo, o anche piú, del peso corporeo. La denutrizione provoca alcune alterazioni biochimiche e sconvolge l'equilibrio degli ormoni sessuali; per questo è accompagnata dalla scomparsa del ciclo mestruale. L'anoressico possiede un'immagine distorta del proprio corpo, e «si vede» grasso anche quando ha un peso normale o è addirittura sotto peso. Egli ha un rapporto molto conflittuale con il cibo: spesso lo rifiuta, ma spesso è anche molto affamato. In ogni caso il pensiero del cibo e del peso corporeo finisce con il dominarlo in modo ossessivo. Sulle cause di questa malattia, certamente collegata alla depressione, la scienza medica non è concorde, e la cura è molto difficile (da affidare piú alla psicoterapia che ai farmaci); talvolta conduce anche alla morte. È certo che negli ultimi quarant'anni essa sembra notevolmente in aumento, e ciò è da collegare ai moderni «miti» della moda, per cui essere belli significa essere snelli, e le diete sono diventate un vero e proprio comandamento.

Competenza testuale

1. Nel brano si possono individuare tre macrosequenze: nella prima la protagonista introduce con notizie e considerazioni la storia che va a narrare; nella seconda descrive la sua vita di diciassettenne tranquilla e annoiata; nella terza infine racconta il primo manifestarsi della malattia. Individua nel testo i confini delle sequenze.

Produzione

2. La narratrice ci dà numerosi elementi per comporre il suo ritratto, sia fisico sia psicologico. Fanne la descrizione, analizzando, sulla base di quanto lei stessa ci dice, l'origine dell'anoressia. Puoi farlo in prima o in terza persona.
3. Che importanza ha il gruppo degli amici del bar Giovanni e di piazza S. nella storia di Elena e nella genesi della sua malattia? Rivedine, non piú con gli occhi del narratore interno, bensí dall'esterno, le abitudini, le mode, le chiacchiere, e la reazione di Elena a tutto questo, e componi un breve testo narrativo-espositivo, dopo averne discusso in classe.
4. La protagonista parla con un linguaggio semplice, chiaro e abbastanza distaccato, della sua vicenda, cercando di analizzare in modo oggettivo se stessa, il suo rapporto con gli altri e con il cibo. Riscrivi la storia di queste brevi pagine ricorrendo invece alla funzione emotiva, magari sotto forma di lettera, di diario, di dialogo, o come meglio ti suggerisce la fantasia.