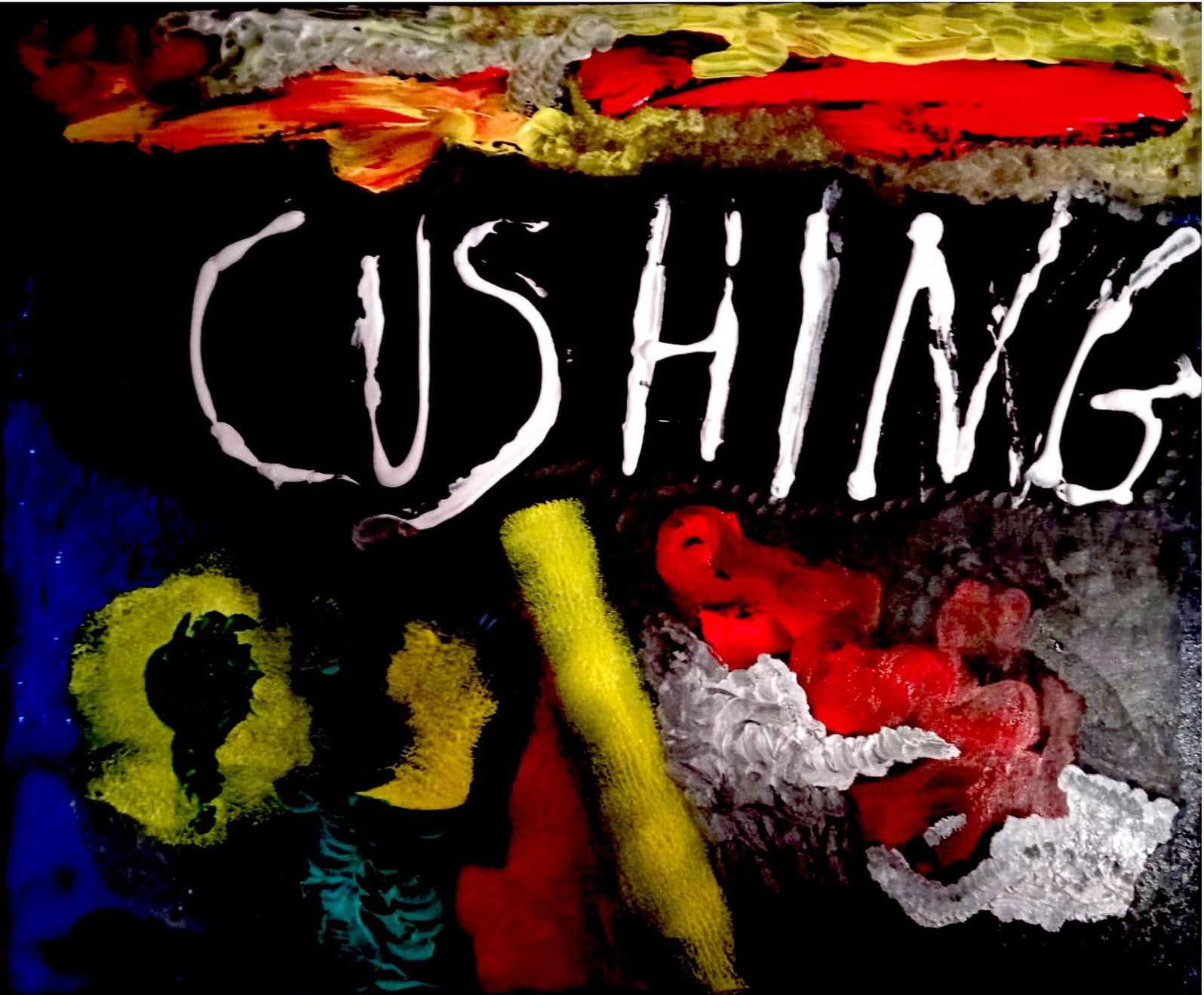


L. R. G

IO E IL SIGNOR CUSHING
Pensieri su frammenti di vita



Sono Laura, una donna di quarant'anni che vuole provare a raccontare, forse semplicemente a sé stessa, una parte della sua vita in cui d'improvviso il colore giallo è diventato grigio, la marmellata veniva spalmata sul polistirolo, la soffice piuma si è trasformata in carta vetrata.

Alt! Niente di troppo drammatico, tutto sommato.

Inizia con la **M** e fa parte della vita.

Arriva inaspettatamente e può andar via.

Fa paura.

È la Malattia.

Era il 2020. Avevo trentasei anni. Era inverno. Improvvisamente sento un brivido caldo sul viso. Rash.

Arriva con la sua Ferrari, il suo cappellino di stoffa, veloce, profumato.

Così l'ho sempre immaginato il signor Cushing omonimo del chirurgo statunitense pioniere della neurochirurgia: il dottor Harvey Williams.

Si ferma, sceglie me. Con un salto si posiziona in quella che sarà la sua torretta di controllo: la mia ipofisi.

Da quel momento, in silenzio, prende il comando dei miei ormoni stravolgendo la mia vita che era di color giallo come il sole, dolce come la marmellata, leggera come la bianca piuma.

Fin da subito ordina ai suoi soldatini surreni il primo rilascio di Cortisolo.

"Dritto sul viso!" grida ad alta voce.

La mia faccia pian piano si arrossa, si gonfia, si spezzano le vene e "prende fuoco".

Cominciano così gli incontri, per niente felici, con i primi specialisti: i dermatologi.

Il primo, abbassandomi la mascherina covid, con aria sconsolata e triste, afferma:

"Couperose, mi spiace!". Mi dà una crema e mi augura buona fortuna.

Intanto la crema non ha alcun effetto e incontro, così, un altro dermatologo del capoluogo che alla prima visita afferma di non aver mai visto un "caso così grave" a suo parere legato alla mia celiachia.

Di colpo il giallo diventa grigio nel sentire queste parole e nel vedere quest'uomo esile, occhialuto e di poca delicatezza che mi ha proposto delle sedute laser che per lunghe settimane mi hanno lasciato il viso tumefatto come mi avessero preso a pugni. Ho sofferto, tanto, tantissimo, chiusa in casa ed evitando gli specchi ma il viso era sempre infuocato.

Da quel momento per anni il sole sul meraviglioso mare della mia città diventava solo un ricordo, il sole sul corpo un desiderio che non è mai andato via.

Quindi, in inverno le finestre sempre aperte, ventilatore portatile e pezze imbevute d'acqua sul comodino. A volte quando mi guardavo allo specchio pensavo al film *"The Mask"*. Avrei voluto avere quella maschera verde per coprire quel viso che non riconoscevo più ma soprattutto avere quell'ironia, quei poteri da essa generati per essere forte e non scivolare in un vuoto dai contorni sfumati e profondamente incerti.



Secondo ordine del signor Cushing: "*Cortisolo dritto sul corpo!*".

Qui il bersaglio era troppo importante. Ha colpito proprio duro il dottore: uno tsunami impazzito. Proverò a raccontarlo.

Non vi ho ancora scritto che sono una psicoterapeuta e so bene come psiche e corpo siano profondamente legati tra loro proprio come due danzatori che non sempre riescono a muoversi in modo coordinato, a ritmo di musica.

Sono sempre stata magra e longilinea, mediamente alta, capelli ricci, pelle olivastra. Siciliana, del filone arabo e orgogliosa di esserlo.

Il secondo ordine ha trasformato il mio corpo generando in me una vera crisi d'identità.

Ho iniziato a prendere peso (pur mantenendo una dieta regolare), a perdere i capelli, a veder comparire lividi sulle gambe (ecchimosi) e i peli sulle guance e sul collo (irsutismo). Le unghie si spezzavano, il viso si gonfiava, la pressione arteriosa saliva... il mio corpo gridava aiuto.

In parallelo l'immagine di me stessa e la percezione di me nel mondo cambiava e ciò comportava un disorientamento che metteva in discussione la mia stessa esistenza.

Credo di avere avuto delle vere crisi d'identità.

Dove era finita Laura?

Quella persona che vedevo allo specchio chi era?

Marta, Roberta, Simona...?

Questo mancato riconoscimento mi destabilizzava generando in me un'esplosiva rabbia che riuscivo comunque ad affrontare "stridendo i denti" e aggrappandomi con tutta la forza a una corda di cui non vedevo né l'inizio né la fine.

Quindi, facevo la doccia a luci spente per non guardare un corpo che non riconoscevo come il mio. Compravo magliette 3XL per non vedere quelle linee irriconoscibili.

Al supermercato nascondevo le lacrime perché non potevo scegliere quei biscotti che tanto desideravo.

Ho alternato in questi quattro lunghi anni periodi di drastiche diete alimentari a momenti di ricercata normalità nell'assoluta inconsapevolezza della presenza del signor Cushing dentro di me che non mi ha mai concesso, senza conseguenze, un biscotto, un cracker, uno yogurt...

Ed ecco che la marmellata si spalmava sul polistirolo quando più di qualcuno dall'incerta sensibilità guardandomi esclamava sorridendo: "*Oh Laura come sei cambiata!*", "*Come sei grossa!*", "*Scusa ma non ti riconoscevo più!*".

Come potete immaginare dal suo centralino (la mia testa), dove partivano i comandi, si scatenavano i dolori più forti: le emicranie (terzo ordine del signor Cushing).

Un dolore fisso, sordo, saliva dalla mandibola all'occhio fino al lobo sinistro del mio cervello. Vomitavo fino a svenire. Ricordo come al risveglio, sdraiata sul letto, guardavo la luce che arrivava dalla finestra. Osservavo fisso l'orologio a parete nella speranza che le lancette andassero avanti il prima possibile per superare quel momento così difficile, sempre troppo lungo. A volte ho persino desiderato di chiudere gli occhi nel sonno e non riaprirli più. Fortunatamente li ho sempre riaperti.



Di quei momenti in cui la soffice piuma lasciava spazio alla ruvidità della carta vetrata ricordo il silenzio e l'inebriante profumo della mela gialla che mi accompagnavano in quelle giornate particolarmente lunghe dandomi conforto, calore.

Inizio a riflettere sul concetto di tempo.

Personalmente intendo il tempo della malattia come il *Kairos* degli antichi greci perché la sofferenza dà la possibilità di cogliere "il velato" ovvero l'immensa bellezza del quotidiano, della normalità di cui spesso non siamo consapevoli. Ripeto a me stessa che negli ultimi quattro anni che ho vissuto è accaduto qualcosa di estremamente importante: ho percepito la mia fragilità, ovvero il senso della precarietà, intrisa anche di sensibilità, di condivisione, di amore.

Quarto ordine del signor Cushing: "*Cortisolo dritto al cuore!*"

Il mio cuore, come ascoltasse musica dance anni '80, comincia a battere sempre più velocemente ed inizio ad avere difficoltà nel salire le scale, prendere il caffè, camminare. Rinuncio, così, a quel "regalo" che mi concedevo quando potevo: camminare a passo veloce. Evito anche il caffè e il sale che ho sempre amato.

Inizio una terapia farmacologica per contenere una pressione arteriosa che schizzava a 190 senza alcuna spiegazione e mi imponeva di trascorrere lunghe giornate a letto senza lavorare ma soprattutto senza darmi la possibilità di prendermi cura dei miei figli.

Quinto ordine del signor Cushing: "*Cortisolo dritto sull'umore!*"

Sono sempre stata una persona serena, pacata, tranquilla, felice.

Ho attraversato i percorsi e gli ostacoli della vita con la forza e il coraggio del leone e l'energia del maratoneta che non ha paura delle salite anzi le aspetta per tirar fuori tutta la potenza necessaria per giungere finalmente all'arrivo.

Così mi sono laureata in Psicologia Clinica e specializzata in Psicoterapia (con la mia prima figlia nel pancione e poi nei suoi primi mesi di vita). Ho iniziato il percorso lavorativo da clinico in una Comunità per minori vittime di abuso e maltrattamento dove per la prima volta ho toccato con mano il dolore, la vera sofferenza psichica. Contemporaneamente ho intrapreso l'attività privata, la mia vera passione.

Invasa da uno strabordante senso adrenalinico decido di partecipare a più concorsi per l'insegnamento. Studio. Li supero.

Trascorro un anno in Lombardia con la mia bambina di tre anni e grazie al supporto della mia cara sorella e della sua splendida famiglia conseguo il ruolo da insegnante.

Rientro in Sicilia e ricevo il dono di attendere il mio secondo figlio.

Nasce e matura in me il desiderio di coniugare il lavoro clinico con quello di docente. Quindi, altra sfida: superare il concorso per il TFA sostegno. Studio, giorno e notte, a letto mentre allatto il mio piccolino e cambio i suoi pannolini. Entro nella scuola di specializzazione di Palermo e con grande entusiasmo inizio una nuova avventura formativa fatta di studio a qualsiasi ora del giorno e della notte, di pullman presi all'alba e di rientri a casa dopo il tramonto.

Quindi, lezioni, unità di apprendimento, esami, tra vere acrobazie, lavoro, bambini... Tanta fatica e tanta pazienza. Come un vero maratoneta sono sempre giunta all'arrivo col sudore in fronte, ma sempre col sorriso.



A E I O U, adesso prova a ripeterle tu!

Intraprendendo la professione di insegnante di sostegno ho la possibilità di scoprire e accogliere ogni giorno la spontaneità, la fiducia, la creatività, la fragilità e la forza dell'infanzia.

Sento fin da subito il bisogno di dar voce alla forza di un "non verbale" che grida e forse a ciò che non sempre riusciamo ad ascoltare: tutti i bambini del mondo sono infinitamente speciali perché speciali sono le caratteristiche che li rendono unici.

Questo rende chiaro a me stessa l'obiettivo del mio lavoro di insegnante di sostegno e psicoterapeuta: far riconoscere e rendere visibili i bambini speciali superando stigmi e false credenze.

Devo ammettere a me stessa che purtroppo il signor Cushing, prendendo come bersaglio il mio umore, mi ha spesso tolto il sorriso facendomi scivolare in uno stato in cui nulla ha sapore, odore e si è incapaci di respirare, pensare.

Sono molto cambiata con la malattia. Ricordo che durante la scuola di specializzazione in Psicoterapia i miei professori criticavano la mia "incapacità a dire le cose" forse dovuta alla mia paura di sbagliare, di far del male all'altro o a me stessa.

Fra gli ordini del signor Cushing c'è stato anche quello di allontanare questa incapacità. Ho imparato, così, ad essere più sicura con me stessa e con gli altri. Oggi non ho alcuna resistenza ad esprimere il mio pensiero anche nella consapevolezza della non condivisione o accettazione dello stesso.

Sono ancora più determinata di prima: solo una piccola parte di me è "agnellino" tutto il resto è un "lupo".

Ricapitoliamo i bersagli:

- Viso
- Corpo/Identità
- Cervello
- Cuore
- Umore

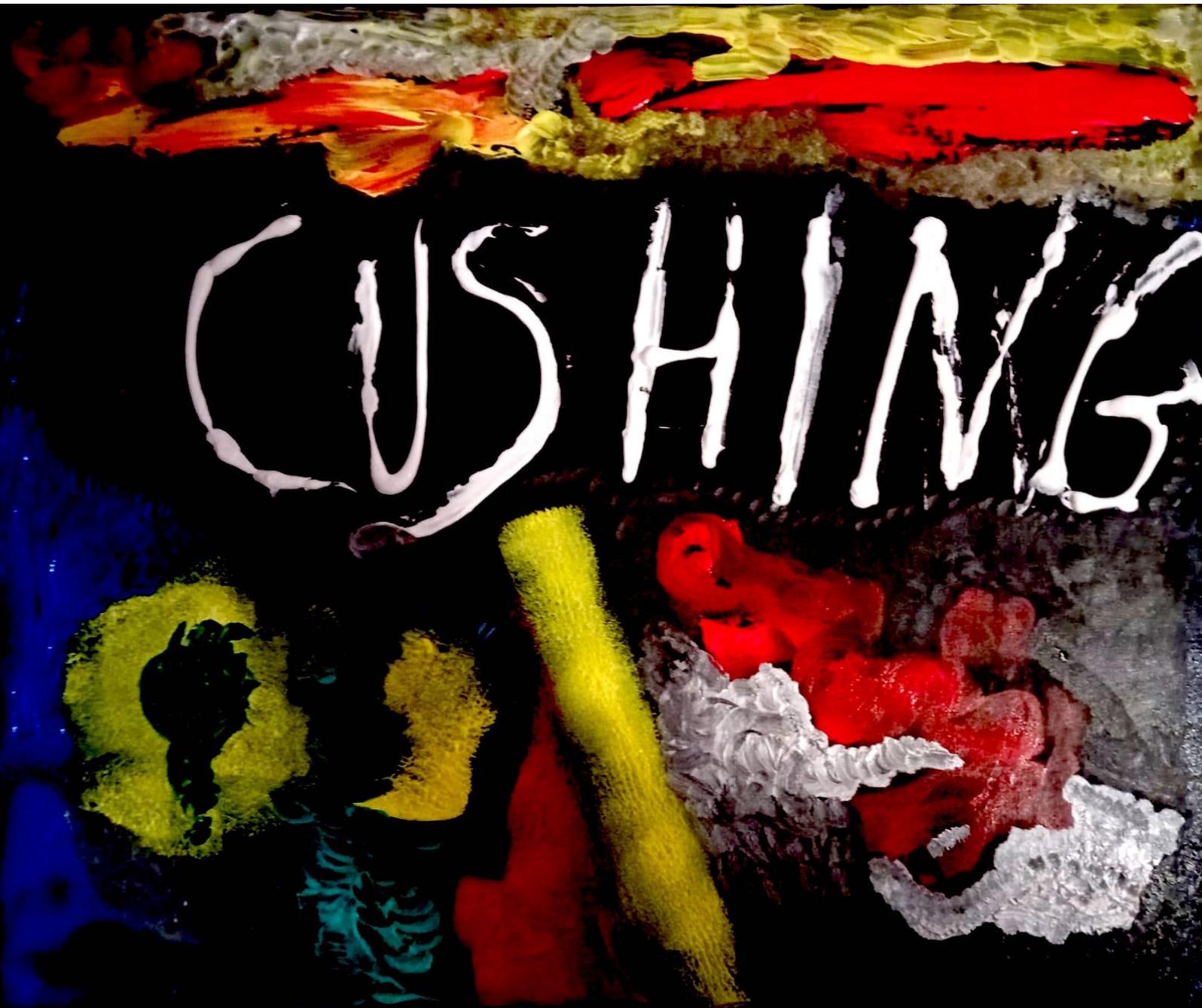
Gli anni trascorrevano e i segni dei bersagli erano sempre più visibili. Il signor Cushing non era più in ombra nella sua torretta. Inizia, così, prima privatamente e poi presso una struttura ospedaliera del capoluogo il lungo percorso diagnostico di disvelamento fatto di esami clinici, test, risonanze ma soprattutto di tanta ansia e stanchezza.

Tanti mesi per scoprire che tutto partiva proprio dalla torretta di controllo: la mia ipofisi, la più importante ghiandola endocrina dell'organismo umano.

Il 29 febbraio 2024 arriva la diagnosi: *Malattia di Cushing secondaria a microadenoma ipofisario di 4,5 mm.*

L'emozione che ho provato ascoltando le parole dell'endocrinologo è la gioia. Pura gioia, perché finalmente si dava un nome a quel colore "senza colore", all'amaro, al ruvido.

Inizio fin da subito una terapia farmacologica con l'obiettivo di ridurre i comandi di rilascio del cortisolo...ma niente, il signor Cushing continua ad alta voce ad ordinare ai suoi soldatini surreni che vigili eseguono gli ordini invadendo il mio corpo di cortisolo. Quelle quattro pilloline al giorno che prendevo, immaginandole come una tagliente spada, non servivano proprio a niente e la sensazione di frustrazione mi invadeva lasciando al signor Cushing la posizione di capo della mia vita.



È pomeriggio. Sono sola in casa. Sento l'intenso desiderio di incontrare il signor C.
Decido lo spazio del nostro incontro: una tela bianca che tingo di nero.
Immergo l'indice destro nella tempera e lentamente scrivo C...U...S...H...I...N...G.
Il nostro spazio, sfera del mio inconscio, si riempie di giallo, grigio, rosso, blu, verde.
Intravedo l'abbagliante luce del sole.
Percepisco la ruvidità della carta e il profumo della mela gialla.
Sento la rabbia, la gioia, la paura, la speranza.
Emergono pensieri, emozioni, ricordi, desideri che si scontrano e si abbracciano.
Con le mani tinte di colore afferro la tela e l'avvicino al mio viso. Osservo con attenzione.
Cerco la sua Ferrari, il suo berrettino di stoffa, il profumo della sua acqua di colonia.
Non lo trovo. Delusa ripeto a me stessa che non ha accettato il mio invito.
Lo aspetto. Succede qualcosa di straordinario.
La tela è adesso un limpido specchio che riflette fedele Laura con le sue fragilità e consapevolezza.
Con stupore ed imbarazzo prendo coscienza che il signor C. non è un'entità esterna che prepotentemente domina la mia vita ma è l'essere me stessa in un tempo che scorre.

Ho da subito sentito in me la forza del leone e l'energia del maratoneta che mi hanno sempre accompagnato nei percorsi della mia vita, in questa circostanza, ad eliminare per sempre la malattia.

Così, grazie ad un uomo gentile e dai capelli brizzolati riesco ad avere il contatto di un neurochirurgo dell'Istituto neurologico Carlo Besta di Milano. Vengo inserita in lista d'attesa per l'intervento chirurgico: asportazione del microadenoma ipofisario.

Aspetto con ansia per quasi tre mesi la chiamata di quella segretaria che con l'accento milanese, in un tiepido pomeriggio, mi annuncia il pre-ricovero programmato per il 17 maggio.

Ed eccomi lì, finalmente, nelle sale dell'Istituto a monitorare i miei parametri, a visualizzare tramite RMN la torretta di controllo, a fare colloqui con neurochirurghi e anestesisti dai volti sereni e sorridenti.

La sala d'attesa era piena di "candidati", come me, ad essere operati.

Nessuno parlava. Nessuno osava raccontare all'altro il motivo dell'essere lì in quel momento. C'era un gran silenzio colmato solo dal "grido" degli sguardi che con pudore si incrociavano, dalle lacrime che scendevano, dalle mani di mogli, mariti, padri, madri che stringevano quelle dei propri cari, pazienti in attesa di ritrovare il proprio stato di salute.

In quel momento ho avvertito una grande fragilità, forse paura, che di colpo si è dissolta quando un anestesista, dopo aver letto i referti di tutti gli esami fatti nel corso della mattinata, afferma: *"Promossa, presto faremo l'intervento!"*. Vengo d'improvviso catapultata nel tempo agli anni universitari: sento lo stesso fremito provato al termine di un esame. Questa volta, però, il suo esito non corrisponde al voto sul libretto o ad una meritata pizza fra colleghi ma piuttosto alla mia stessa esistenza.

In serata ricevo la chiamata per il 21 maggio.

Quella mattina il cielo era nuvoloso. Una sottile pioggia cadeva leggera come le mie lacrime intinte di paura e gioia. Puntuale alle 08:30 arrivo in Istituto.

L'infermiera mi fa accomodare in quella che sarà la stanza del mio ricovero.

Sono le 09:00, devo aspettare le 12:00.

Mi sento serena, tranquilla, quelle tre ore scorrono velocemente.

Attendo con pazienza immaginando i volti, i pensieri, le emozioni di chi prima di me era sdraiato su quello stesso letto.

Alle 12:00 arriva una donna, l'assistente socio-sanitario, che esclama:

"Forza signora! Tutta nuda, metta questo camice e queste calze, è il suo turno!"

"Arrivo subito!" rispondo. Sorrido.



L'emozione che sento coricandomi sulla barella è la gioia, quella stessa gioia mista al timore che avevo provato circa tre mesi prima al momento della diagnosi.

In silenzio riesco solo ad ascoltare la mia emozione e le rotelle della barella che mi trascinano verso la sala operatoria. Adesso sono io a sfrecciare sopra una scintillante Ferrari.

Questo momento fortemente immaginativo viene improvvisamente interrotto dalla voce di un'operatrice che esclama:

"Non ho mai visto una paziente diretta in sala operatoria col sorriso".

Mi iniettano l'anestetico. Chiudo gli occhi. Percepisco di perdere coscienza e mi abbandono con piena fiducia alle braccia di quei giovani neurochirurghi esattamente come fa un neonato alle calde braccia della sua mamma.

Mi risveglio. Sento tanto freddo. Ho brividi in tutto il corpo. Rifletto.

Nell'inverno 2020 il signor C. era arrivato dentro me generando un "brivido caldo" sul viso. Rush.

Nella primavera 2024 il signor C. va via facendomi sentire il brivido più freddo che abbia mai provato.

Adesso sono qui, nei giorni della mia convalescenza a scrivere su frammenti della mia vita e ad immaginare con forte desiderio un futuro in cui poter passeggiare sotto il sole, mangiare biscotti a colazione, tuffarsi col bikini sott'acqua, dormire con le finestre chiuse d'inverno, non guardare l'orologio per prendere le pillole, ma soprattutto in cui poter riconoscere Laura nel suo corpo e nella sua psiche.

Restano presenti chiari segni e tracce mnestiche che non ho intenzione di rimuovere ma al contrario evidenziare con "polvere d'oro" proprio come facevano alla fine del 1400 i ceramisti giapponesi con la pratica del *Kintsugi*. Le linee di rottura sul corpo e sulla mia psiche prodotte dalla malattia ed "evidenziate dalla gialla polvere" impreziosiscono così la mia personalità donandole maggiore consapevolezza della vita stessa.

Nel mio presente, come un vero ginnasta degli anelli, tengo posizioni statiche e compio passaggi dinamici volteggiando come una delicata piuma nello spazio.

Gli anelli, la leggerezza, la stabilità dinamica: la mia intera famiglia il cui abbraccio mi ha donato sotto nuova luce il color giallo come il sole, la dolcezza della marmellata, la leggerezza della piuma.



In copertina:

L. R. G., "*Cushing*", 2024, tempera su tela, 50x60

Dipinti su tempera realizzati da miei figli F. e M.