

Transazione con la memoria: variazioni enigmatiche

L'uccello che è stato invischiato in un cespuglio tende a dubitare, con l'ali tremanti, d'ogni cespuglio che vede (Shakespeare)

Nel corso della mia vita varie e tante sono state le esperienze che mi hanno portato a livelli di conoscenza inimmaginabili: l'infanzia la pubertà, l'emigrazione, il lavoro, la famiglia, i figli, la perdita di persone care, ecco io voglio considerare il periodo che mi accingo a raccontare, che ho vissuto, per oltre dieci anni, tra l'inizio delle crisi di panico e la guarigione non come una perdita di dieci anni della mia vita ma come un'ulteriore esperienza di questa vita che vale assolutamente la pena di essere vissuta. Poi ricordo che essendo un ferroviere ne ho attraversati di tunnel, da semplici gallerie a trafori veri e propri ed ero consapevole che se entravo nel tunnel era solo questione di tempo prima o poi ne sarei uscito per rivedere la luce del sole o la luna e lo scintillio delle stelle.

TRIBUNALE DI TORRE DEL GRECO

SEZIONE DISTACCATA DI TORRE DEL GRECO

Il giudice di Torre Annunziata alla pubblica udienza del 24/10/2000 ha pronunciato e pubblicato mediante letture del dispositivo la seguente sentenza:

P.M: anni uno di reclusione

Difesa: assoluzione perchè il fatto non sussiste.

“P.Q.M. Visto l’art. 530 CPP assolve l’imputato dal reato a lui ascritto perché il fatto non costituisce reato... Torre del Greco, 24.10.2000”.

FNITO TUTTO? Nooo si passa all’appello: altri diciotto mesi di sofferenza e attesa, arriva l’altra sentenza quella d’Appello:” Visto l’articolo 605 c.p.p, conferma la sentenza emessa il 24/10/2000 dal Tribunale di Torre Annunziata-Torre del Greco, nei confronti di Greco Carmelo Alfredo, appellata dal P.M., dalle parti civili costituite da (Omissis) Napoli 5/6/2002”.

FINITO TUTTO? Non ancora, mancava il terzo grado di giudizio la Corte di Cassazione ... altra attesa snervante essere o non essere! Alla fine la controparte rinunciava al terzo grado di giudizio.

ASSOLTO PERCHE' IL FATTO NON COSTITUISCE REATO

Assunto in Ferrovia con la qualifica di Conduttore nel 1972 a Torino con interesse e voglia di apprendere percorro senza infamia e senza lode gli anni che mi porteranno alla pensione nel 2006, dopo trentasei anni di servizio, prima in Piemonte e dal 1986 a Salerno. Prima di passare al devastante effetto psicologico derivante da questi eventi voglio descrivere brevemente i fatti che

portarono il sottoscritto Greco Carmelo Capotreno presso l'impianto di Salerno, a subire due gradi di giudizio con tutte le conseguenze giuridiche e personali che senza esagerare, mio malgrado, mi hanno portato a superare una prova molto difficile.

Userò il linguaggio giudiziario in modo da esprimere meglio il crescendo di eventi che si ripercuoteranno per oltre 10 anni.

“Il sottoscritto Greco Carmelo Capotreno presso il D.P.V. di Salerno dichiara quanto segue: in servizio sul treno I.C. 551 la sera del 08/09/1996 tratta Napoli Salerno, il treno effettuava una fermata di servizio tra le stazioni di Portici e Torre del Greco, durante questa brevissima sosta una viaggiatrice, aiutata da altri due viaggiatori scendeva in piena linea, senza che io mi fossi accorto di nulla. Il treno dopo la breve sosta, durata meno di un minuto, proseguiva regolarmente la corsa fino a Salerno dove completava il servizio. Quindi apparentemente servizio regolare”.

Il giorno dopo le prime avvisaglie che era successo qualcosa di grave, la signora scesa in piena linea si trovava, senza volerlo, sul binario attiguo dove veniva investita da un treno diretto a Napoli. Dopo alcuni “atti dovuti” la Procura della Repubblica di Torre Annunziata decideva per il rinvio a giudizio incolpandomi del reato di cui all'articolo 589 c.p. perché per colpa, consistita in un atteggiamento di negligenza, cagionava la morte della signora (...) Su tale convoglio viaggiava come passeggera, proveniente da Milano, la signora A. M., di anni 73, la quale convinta di essere giunta nella stazione di Torre Annunziata Centrale, luogo della sua destinazione, scendeva dal treno, impegnando il binario (destinazione Napoli), venendo così investita da un treno regionale che su quel binario transitava.

Eccomi qua imputato a piede libero in un'aula di giustizia, e dire che avevo paura e stavo attento pure alle contravvenzioni stradali, o le cartoline verdi di Equitalia! Altro tipo di cartoline verdi mi aspettavano non portate dal postino ma dalla Benemerita! Eppure anche al processo conobbi un mondo nuovo, vivevo in prima persona un processo, a volte si sospendeva il mio processo perché i poliziotti avevano beccato un topo d'auto e veniva processato per direttissima! Il mio avvocato bontà sua si assumeva il compito di difendere l'incauto! Dopo l'esigua condanna e usciti i poliziotti e lo sprovveduto ladro si riprendevano le fasi del mio processo. Un certo timore l'avevo in verità per i parenti della vittima immaginavo minacce e spintoni invece si sono comportati in maniera signorile mi hanno chiesto come era potuto accadere ma la procedura mi impediva di parlare con loro. A un certo punto del processo mi trovai con due avvocati difensori, uno difendeva me, l'altro le Ferrovie dello Stato.

La prima domanda che mi fece il mio avvocato quando gli chiesi se mi poteva patrocinare fu: “Carmelo la tua coscienza è a posto?” “Sì” fu la mia risposta e lui di rimando: “è una causa difficile ma mi batterò come un leone per dimostrare la tua innocenza”.

ASSOLTO! ASSOLTO! ASSOLTO! con una motivazione chiarissima in primo e secondo grado “Visto l’art. 530 CPP assolve l’imputato dal reato a lui ascritto perché il fatto non costituisce reato”. Quel giorno non andai alla lettura della sentenza, troppa emozione che sicuramente mi avrebbe giocato un brutto scherzo.

Bene assolto dal punto di vista giuridico e dal punto di vista morale. Adesso sì che era finito tutto, una parentesi della mia vita durata all’incirca sei anni, ma non era così, il Mostro era in agguato e si affaccia in modo subdolo sotto mentite spoglie durante il soggiorno in Sicilia un soggiorno che doveva essere ristoratore, dopo sei anni di stress, di tensione di udienze di cartoline di colore verde portate dai carabinieri, nei momenti in cui in famiglia ci si sedeva a tavola per il pranzo, oppure nel rinvio delle udienze, fissate a distanza di mesi, quindi appena io cominciavo ad avere una vita quasi regolare, la Legge si ricordava di me.

Dicevo del Mostro che si presenta senza essere invitato nei pressi di Lamezia Terme autostrada Salerno Reggio Calabria corsia Nord, noi quattro in auto, una bella Rover di colore verde scuro io mia moglie i due figli una ragazza e un ragazzo, la ragazza adolescente e il ragazzo di due anni più giovane, completava il quadro Cleo, una bastardina arrivata quasi per caso, o forse per un disegno del destino o del Divino a casa mia.

Mentre guidavo, alle 10 del mattino, una sonnolenza incredibile, mai provata, gli occhi a “pampinedda” non riuscivo a tenerli aperti, subito dopo uno, due conati di vomito, violenti, accosto nella prima piazzola fermo l’auto, mia moglie che aveva con se delle pastiglie di Valeriana me ne porge due, le inghiotto, lei si mette alla guida, mentre io in dormiveglia mi chiedevo cosa poteva essere accaduto.

Rientrati a casa tutto sembra essere passato, un normale malessere dovuto al caldo, alla tensione del viaggio, allo stress della partenza... no il Mostro si ripresenta qualche giorno dopo sempre ad orari dove le difese sono scoperte, cioè di notte, mi sveglio in un bagno di sudore, un fortissimo dolore al petto (infarto?), e un altro alla testa (ictus?), il tutto condito da un’ansia indescrivibile più mi agito più aumenta il dolore, comincio a conoscere “la paura di aver paura”. “Che cosa mi sta succedendo, una violenta crisi di angoscia e di terrore che compare e mi procura l’impressione di soffocare, ho fame d’aria, la gola chiusa, dovrei bere ma se bevo soffoco, Dio mio! Tachicardia, adesso ho davvero paura di perdere il controllo delle proprie idee e

delle azioni, ho paura di impazzire, e se svengo e cado per terra? Poi la quiete dopo la tempesta, il tutto era durato da pochi secondi a dieci minuti”

“Mi sembrava di essere in un film dove io ero l’unico protagonista, dove non riuscivo a controllare e padroneggiare i miei sentimenti, pensieri, movimenti”. Lascio passare alcuni giorni, non avevo la minima idea di quello che mi era capitato e in quei giorni la Bestia ritorna beffarda e irriverente, se viene mentre pranzo la causa è il cibo, se arriva mentre sto guidando allora è meglio non guidare, può arrivare mentre si fa l’amore allora meglio interrompere la vita sessuale e via di seguito. Certo conoscevo i meccanismi dell’agorafobia, della paura di prendere l’ascensore, la paura di volare, le tante altre piccole grandi nevrosi che ognuno di noi si porta dietro ma ci convive benissimo, ma questa Bestia era per me sconosciuta quindi ancor più pericolosa.

Passati alcuni giorni mi reco dal medico di famiglia, un bravo dottore e comincia a chiedermi il motivo della visita, “Carmelo come stai?” comincio a parlare a ruota libera, racconto mi confido, mi arrabbio, ma rimane sottofondo uno stato di prostrazione e di apatia, il medico mi tranquillizza dice: *“Caro Carmelo hai appena iniziato un viaggio che prevedo molto lungo un viaggio che alla fine ti rimarrà solo un ricordo, neanche tanto brutto”*, poi passa alla prima diagnosi a parlare di attacchi di panico, ma prima di mandarmi dallo specialista mi prescrive tutti gli accertamenti per vedere se ci fosse qualcosa di organico. Elettrocardiogramma sotto sforzo, Ecodoppler, Tac al torace con e senza contrasto, Tac al cervello ecc. ecc. non si sa mai... prima di mettere mano alla diagnosi peggiore, almeno per me, attacchi di panico una componente essenziale per dare inizio a una bella depressione. Un ulteriore passo viene fatto quando mi reco da un noto Neuropsichiatra della zona il quale dopo avermi visitato rilascia la sentenza: *“Anamnesi per disturbo da attacco di panico con o senza agorafobia, deflessione timica. Svolge attività di turnista. Anamnesi negativa per patologie di ordine cardiovascolare o internistico metabolico. Ha effettuato tac cranica senza m.d.c. da cui cisti aracnoidea temporo-polare anteriore sinistra. La consorte che mi accompagnava parla con il Professore: “Dottore io gli dico sempre che non ha nulla e che deve vedere la cosa a livello razionale!”* Il medico che aveva fatto una bella visita le risponde: *“Signora suo marito ha capito tutto i sintomi, la diagnosi a me spetta dargli la cura, in questo momento la razionalità di suo marito è sotto la suola delle scarpe!”* Da allora andai da solo dallo Specialista.

Deve assumere XANAX GOCCE mattino, pomeriggio, sera;

PROZAC CP, al mattino dopo la prima colazione;

LEVOPRAID GOCCE, prima di pranzo e prima di cena;

MELATONINA una compressa prima di andare a dormire

In caso di ansia acuta TAVOR.

Questo cocktail di medicine provocavano un torpore che mi facevano deambulare dal divano alla poltrona, i programmi televisivi aumentavano lo stato di malessere, Cleo una meticcina di quattro anni presa dal canile municipale da mia figlia mi stava vicino, aveva capito tutto, si metteva accanto a me sulla poltrona e mi osservava, una vera e propria terapia che funzionava benissimo, l'accarezzavo le toccavo il musetto umido e lei sembrava che dicesse: "*Stai tranquillo ci sono io*". Poi prendeva la palla o qualsiasi gioco e mi invitava a giocare. Purtroppo Cleo mia compagna di giochi e di vita è morta nell'estate dell'anno scorso all'età di diciassette anni, e mi chiedo se questo non è un segno del destino, proprio mentre io mi trovavo ad assistere alla lettura dei vari testi del Concorso Lanterna Bianca, unico rimpianto non aver potuto fare un'ultima carezza. Forse in quel momento decisi che avrei scritto la storia che sto raccontando dedicandola a Cleo.

Anche i familiari, specialmente i figli purtroppo, venivano coinvolti dato che gli attacchi si verificavano in maniera improvvisa, così mentre ci preparavamo a pranzare suonavano alla porta: "*Chi è*" domandavo "*Carabinieri*" e mi consegnavano una busta verde, sapevo cosa conteneva, la data della prossima udienza! Così il mio sistema neuro vegetativo si bloccava facendomi passare la voglia di pranzare, loro, figli miei, in silenzio mi osservavano costernati. Mi stavano vicini anche nelle piccole azioni quotidiane, "Papà ci accompagni a scuola? Abbiamo una festa ci porti poi ci vieni a prendere" Il maschio giocava a calcio e lo accompagnavo nei campetti di periferia e filmavo le sue prodezze, in poche parole parlavano poco ma nei loro gesti giornalieri c'era tanto amore, loro hanno contribuito in maniera decisiva alla mia guarigione. Due splendidi ragazzi.

Con mio padre, quando andavo a Catania, parlavamo in dialetto catanese stretto si sa che la lingua siciliana in una frase dice quello che per la lingua italiana ci vuole un poema!

Pietro mio padre: "*Cammelo come sta ghiennu u processu, nun ti scantari che s'abbessa tuttu sulu a motti non c'è rimediù*" (*Carmelo come sta andando il processo? Non ti spaventare che si aggiusta tutto solo alla morte non c'è rimedio*).

Io: "*papà sugnu preoccupatu si m'acchiappu a cundanna i figghi avranno i catti macchiati*" (*Papà sono preoccupato se mi prendo una condanna i figli avranno le carte macchiate*).

Pietro: "*Quannu eru a bordo da navi e arrivavanu cannonate ca mancu a sera do tri e nun si sapevanu di unni arrivavanu io nun sapevu unni ammuciarimi, e qualche me cumpagnu si cacava sutta, eppuri oggi sugnu cac pi ttia e ppi mia*" (*Quando ero a bordo e arrivavano cannonate e non si sapeva da dove arrivavano io non sapevo dove nascondermi, e qualche mio compagno si*

cacava sotto, quella era paura vera paura, eppure oggi sono qua per te e per me).

Io: “Va bene papà ora vaiu a truvare Sant’Antaituzza macari ci metti una bona parola” (*Va bene papà adesso andrò a trovare a S. Agata può darsi che ci mette una buona parola*).

Ho ancora in bocca il sapore di quell’acqua e anice il nostro zammù che bevevamo durante le nostre chiacchierate e l’odore del gelsomino rampicante che troneggiava sul balcone

Pur non essendo pericolosi gli attacchi di panico, anche se durano solo pochi minuti lasciano degli strascichi che durano per parecchio tempo. I sintomi principali, ma sono molto soggettivi, tremori e dolori al petto (infarto!), dolore alla testa (ictus!), paura di morire, nausea, vampate di calore o brividi di freddo e tanti altri segnali di crisi di ansia anticipatoria. Fatta la diagnosi attraverso i sintomi iniziano gli appuntamenti con il Neuropsichiatra, intanto il Mostro, senza permesso, si presenta di solito con uno stato d’ansia, a cui fanno buona compagnia altri sintomi, arrivano in maniera imprevedibile, dentro o fuori casa, al cinema, al lavoro, mentre si fa sport, in chiesa, a pranzo, mentre gioco con i figli, insomma pur senza una causa scatenante si presenta a scadenze quasi cicliche. Durano pochi minuti per fortuna, ma sono sufficienti per lasciarmi provato, senza forze, e cosa principale farmi chiedere quando arriverà il prossimo attacco.

La cura come detto poc’anzi è di carattere psicologico e ti tipo farmacologico, nel mio caso è durata a parecchi anni. Avevo imparato a classificare le varie crisi con una sorta di Scala Mercalli, chiamandola la “Piramide degli appannicati” si comincia con il semplice mal di testa, poi crisi bassa, crisi media, crisi pomeridiana, crisi notturna (la peggiore), naturalmente balconi chiusi e persiane abbassate, perché nelle crisi più marcate sentivo una mano invisibile che mi spingeva verso l’esterno una grande forza attrattiva verso il vuoto, quindi non poter curare le piante o semplicemente mettersi fuori a leggere un libro. Non nascondo pure che ho dormito con i polsi legati con una cravatta! Chi come me, ha provato questa crisi violenta non la dimentica e anzi sviluppa immediatamente la convinzione che da un momento all’altro l’attacco si ripresenterà. Inoltre durante l’attacco mi sento depersonalizzato, e perdo i caratteri di realtà e familiarità.

Ed ecco che mentre facevo la barba e lo specchio rifletteva la mia immagine, vedo pallore, occhiaie, espressione smorta inespressiva...guardo il soffitto o un punto qualsiasi della casa e mi chiedo cosa sta succedendo. L’umore passava dalla tranquillità provvisoria all’orlo della voragine, secondo il mio cervello non potevo dormire quando so che sto per morire, anzi l’ansia mi tiene vigile, attendo sospettoso con gli occhi sbarrati. Anche una sorta di ipocondria la

paura di tutte le malattie, che già a metà percorso trattavo con allegria: un dolore al petto, infarto; un mal di testa; ictus; semplici problemi digestivi, tumore allo stomaco; eppure oggi sono qui a sorridere e capire di cosa è capace la nostra mente e il pensiero. Altra prerogativa di quel periodo era quella della paura di stare da solo. Avere accanto qualcuno cui chiedere aiuto e conforto. Si sente il bisogno di essere continuamente rassicurati, di mantenersi attaccati a persone che garantiscano sicurezza. Questa presenza era per me indispensabile, essenziale, trovandomi da solo cresceva l'ansia e contemporaneamente si abbassava la soglia di sensibilità, e il Mostro aveva una facile via di accesso!

Nel frattempo continuavo a svolgere le mie mansioni di Capotreno lavoro di turnista che mal si adattava a quello che provavo. Infatti i turni di lavoro prevedevano una dormita fuori sede, nel mio caso a Roma, oppure a Taranto Potenza o Reggio Calabria in questi casi parlavo con il gestore della struttura e lo pregavo di darmi una stanza a un piano terreno o meglio ancora una stanza che avesse la finestra nel pozzo luce dello stabile e non una finestra che dava sulla strada! Informo lo specialista della nuova situazione il quale sentenzia ventidue giorni di malattia, invita, anzi obbliga le Ferrovie dello Stato di comandare solo servizi mattutini. La cura fa effetto, le dosi massicce di farmaci vengono ridotte come pure vengono ridotte le visite con lo specialista, con notevole beneficio al mio portafoglio! Contemporaneamente, la mia riacquistata forza di volontà, le ricerche svolte presso vari Archivi di Stato, Biblioteche, Emeroteche per conoscere la vicenda della nave da guerra su cui era imbarcato mio padre, una Laurea in Lettere conseguita presso l'Università di Salerno, mi riportavano lentamente, con piccoli progressi verso la cosiddetta normalità. Cominciavo a conoscere il Mostro e lo sfidavo! Aggiungevo un posto a tavola per Lui, se provavo un dolore contemporaneo alla testa e nel costato pensavo: "Carmelo vuoi morire di infarto o di ictus?" Dovevo risolvere un ultimo problema: la paura di guidare e la sensazione di non essere solo in auto! Con l'aiuto determinante di mio figlio, allora adolescente programmo un viaggio in Sicilia, tappa principale Catania poi Bagheria dove vivevano degli amici, infine nella splendida spiaggia di Campobello di Mazara, gli odori, i colori, la sabbia gialla cristallina, il mare trasparente. Osservo mio figlio mentre giocava a palla con l'amico, "controllando discretamente lo stato d'animo del suo, papà". La sera spensierate mangiate in trattoria con specialità siciliane e arabe non pensavo quasi più all'inquilino che si era installato dentro la mia testa senza pagare affitto, era la volta buona che lo cacciavo! La situazione, mi resi conto che, se non ero guarito completamente ero sulla buona strada per una perfetta guarigione. Il matrimonio di mia figlia, la nascita di un primo nipote e poi di un secondo, una seconda Laurea in Pubblicistica, ricominciavo a riassaporare il senso della vita.

Questo lungo viaggio mi porta a rileggere i testi con uno sguardo nuovo e un interesse diverso, entro nel mondo della letteratura dell'inconscio "La

coscienza di Zeno”, “Il male oscuro”, “La conquista della felicità”, “E liberaci dal male oscuro”, “Intelligenza emotiva” e tanti, tanti altri libri sull’argomento, per non parlare delle ricerche su Internet!

A pensarci adesso un bel percorso fatto di psicanalisi, medicine, nuove conoscenze, principalmente la consapevolezza di me, il mio essere autonomo, individuale, io confessore di me stesso e forse per la prima volta capisco il valore della mia persona, acquisto il coraggio che posso fare felice qualcuno e questa qualcosa arriva inaspettata... il tre febbraio del 2011 quando mi recai (da solo) a Catania per la festa di S. Agata la patrona della città. Una storia incredibile fatta da una miriade di messaggi durante la tratta ferroviaria Salerno Catania, l’emozione che provavo ogni volta che si accendeva la lucetta verde e il refrain che annunciava l’arrivo di un messaggio la sì che ho rischiato l’infarto! Ma chi voli chista? Perché è proprio vero –una parola una sola parola uscita dalla bocca di una donna può rendere un uomo felice-. Anche se non erano parole ascoltate ma lette, solamente l’effetto era uguale, la nascita di un’amicizia prima, e lo svilupparsi di un rapporto speciale dopo, e magari vivere con questa persona gli anni che mi sono rimasti, un ponte lunghissimo da attraversare che a differenza dei tunnel che si esce, un ponte dove vorrei fermarmi e mettere radici.

Oggi ogni tanto penso a questa esperienza a un bel viaggio avvenuto durante questo involontario soggiorno sulla Terra, penso che dagli attacchi di panico si possa guarire, se non ci sono fattori scatenanti o fattori patologici.

Spero che questo contributo possa essere di aiuto a chi si trova in difficoltà in questa fase della vita.