Spiegare la mia depressione a mia madre, la conversazione:

Mamma. La mia depressione è un mutaforma.

Un giorno è piccola come una lucciola

sul palmo di un orso,

il giorno dopo è l’ orso.

In quei giorni, mi fingo morta

Fino a che l’ orso non mi lascia in pace.

Quei giorni li chiamo “ I giorni oscuri “

Mia mamma dice: “ Prova ad accendere delle candele ! “

Quando vedo una candela mi ricordo di una chiesa.

Il baluginio di una fiamma,

la scintilla di un ricordo più giovane del mezzogiorno,

sono in piedi di fronte alla sua bara aperta.

E’ il momento in cui ho imparato che qualsiasi persona

Io possa mai conoscere,

un giorno morirà.

E poi mamma, io non ho paura dell’ oscurità.

Forse è questo il problema.

Mia mamma dice: “ Pensavo che il problema fosse che non riesci ad alzarti dal letto “

Hai ragione. L’ ansia mi ha presa come ostaggio

Dentro la mia casa, dentro la mia testa.

Mia mamma dice: “ Da dove viene l’ ansia ? “

L’ ansia è il cugino che fa visita da fuori città.

che la depressione è obbligata a portare alla festa.

Mamma, la festa sono io!

Solo che è una festa a cui io non voglio partecipare!

Mia mamma dice: “ Perché non provi ad andare a delle vere feste?”

“ Vèditi con i tuoi amici “

Certo, ci provo. Faccio dei programmi

Ma poi non ci voglio andare.

Ci provo perché so

Che dovrei avere voglia di andarci.

So che a volte ci sarei dovuta andare,

solo che non è così divertente divertirsi

quando non vuoi divertirti, mamma.

Sai mamma, ogni notte l’ insonnia

mi accoglie tra le sue braccia,

mi immerge in cucina, nel bagliore della lucina accesa del forno.

L’ insonnia ha il romantico potere di far sembrare la luna

una compagna perfetta.

Mia mamma dice: “ Prova a contare le pecore “

ma la mia testa riesce solo a contare

le ragioni per restare sveglia.

Quindi vado a camminare,

ma le rotule

dei miei ginocchi sferragliano

come cucchiai d’ argento stretti in una presa debole

risuonano nelle mie orecchie, come le campane di una vecchia chiesa,

ricordandomi di star vagando in un oceano di felicità

nel quale io non posso battezzarmi.

Mia mamma dice: “ La felicità è una scelta “

ma la mia felicità è vuota come un uovo forato.

La mia felicità è una febbre altissima

sul punto di esplodere.

Mia mamma dice che sono troppo brava

a creare qualcosa dal niente

e poi, senza mezzi termini

mi chiede se ho paura di morire.

No! Io ho paura di vivere!

Mamma, sono sola!

Credo di averlo imparato quando Papà se ne è andato,

trasformare la rabbia in solitudine, la solitudine in un impegno

quindi quando ti dico che ultimamente sono stata impegnatissima

vuol dire che mi sono addormentata sul divano

guardando programmi sportivi,

per evitare di affrontare il lato vuoto del mio letto.

Ma la depressione mi riporta sempre nel mio letto.

Finchè le mie ossa non saranno fossili dimenticati di un’ antica città sommersa.

La mia bocca un cimitero di denti frantumati

Dopo essersi consumati a vicenda.

Il teatro vuoto dentro il mio petto,

rieccheggia i battiti del mio cuore

ma io sono un turista a cui non interessa essere qui . . . .

In fondo non saprò mai veramente dove sono stata.

Mia mamma continua a non capire . . .

Mamma, non lo capisci ? Neanche io ci riesco !