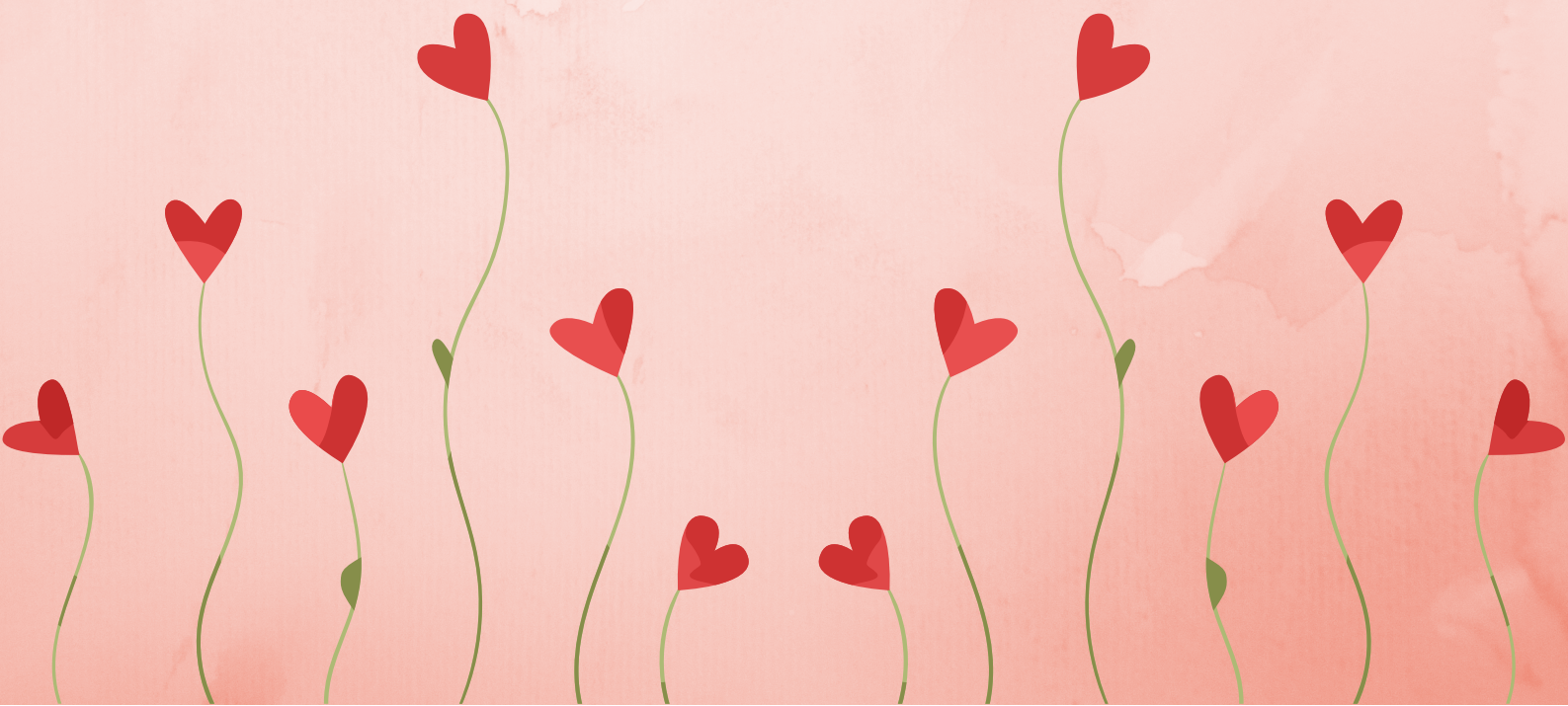


Ottobre
è il mese dedicato alla
Consapevolezza
sul Lutto Perinatale

a cura di Erika Zerbini



Immagina tuo figlio o tua figlia, quello con cui hai lottato stamattina per fargli infilare le scarpe, quella che non vuole farsi pettinare, quello a cui cola sempre il naso e se lo pulisce con la manica della felpa, quella che i vestiti li vuole scegliere lei, quello che quando lo guardi ci vedi te da piccino, quella che sorride come faceva tua mamma, quello che è il tuo primo pensiero della mattina e l'ultimo della sera, quella che hai con te pure nei sogni notturni, quello che lo ami, lo ami e basta, quella che la ami, la ami e basta.

Ora immagina cosa sarebbe la tua vita se lui o lei non ci fossero.

Click.

Come un interruttore, premi Stop e poi Rewind.

Manda indietro fino all'inizio. Non prima dell'inizio. Proprio lì sul principio. Poi cancella.

Immagina come sarebbe ora la tua vita 'senza'.

Senza le lotte, senza le risate, senza conoscere quello sguardo, né quel sorriso. Senza quei pensieri, senza quei sogni, senza quell'amore.

Non sarebbe tutta un'altra vita?

Completamente un'altra vita...

Saresti completamente un'altra persona. La tua sarebbe completamente un'altra famiglia.

Sì, va beh – mi dirai – senza quel figlio fin dal principio, che vuoi che sia?

Pensavo la stessa cosa anche io, finché lì sul principio, la vita ha pigiato sullo Stop.

Ora ti chiedo di fidarti, di fidarti di me e credermi.

Il principio ha già in sé tutto.

Il principio ha quello sguardo, quel sorriso, quei pensieri, quell'amore. C'è tutto, ma non è alla luce del sole.

Non lo può vedere nessuno. Nemmeno io l'ho potuto vedere.

Si trovava dentro. Dentro la pancia, al riparo dal freddo, dal caldo, dal troppo rumore, dal troppo silenzio, da occhi indiscreti... Era dentro, piccolo piccolo. Non l'ho visto, ma l'ho sentito: lui ha comunicato.

Era un comunicatore straordinario! Pensa che riusciva a chiedermi da mangiare, da bere, le coccole, il riposo, di stare seduta così o colà, di camminare. Io gli raccontavo di me, di noi, di noi tutti. Qualche volta si lamentava, quando tiravo la corda e pretendevo di fare di più. Rallenta mamma, mi diceva: le caviglie si facevano gonfie e la nausea era insostenibile.

Il suo cuore batteva e risuonava. Risuonava fra le mie cellule come un'eco. Lui c'era e io ero con lui. Eravamo insieme.

Non era immaginazione, non erano sogni, non era desiderio...

Era realtà.

Era reale quella sensazione di appartenenza, di appagamento, di affettività, di piacere d'essere in due, di desiderio di scoprire tanto altro di quella creatura che cresceva. Una piccola creatura fatta di un po' di me e un po' del suo papà.

Lì sul principio potevamo contare i centimetri, le settimane di vita e quelle che ci separavano dal poterlo tenere in braccio. L'eco di quel piccolo cuore che risuonava, aveva già pervaso ogni cellula del mio corpo e mi stava raccontando di lui.

Poi lo Stop.

Nessuna eco.

Le cellule ferme.

La pancia pesante.

Nessuna richiesta.

Nulla.

Il nulla conscio del tutto.

Il freddo conscio del tepore.

Il vuoto conscio del pieno.

Il silenzio conscio del suono.

L'amore conscio della morte.

Non saprò mai un mucchio di cose. Non farò mai un mucchio di cose. Non dirò mai un mucchio di cose.

La mia vita è cambiata.

Ha preso un'altra piega e invece di lottare per fargli infilare le scarpe, stamattina racconto come sanguina un cuore che non può vibrare più all'unisono con quello di suo figlio.

So che è difficile comprendere senza esserci passati: **fidati**, è un cuore che sanguina.

È un cuore con 40.000 neuroni impazziti di dolore.

È un cuore che ha bisogno di calore umano.

Ha bisogno di conforto.

Ha bisogno di protezione.

Ha bisogno di tempo.

Ha bisogno di capire come fare per fare senza.

Ha bisogno di non restare solo.

Ottobre è il mese dedicato
alla Consapevolezza sul Lutto Perinatale

Consapevolezza, è una parola composta da CON e SAPERE: comunemente si usa per intendere qualcuno "Che ha piena cognizione della cosa in discorso". Letteralmente significa "Avere conoscenza di qualcosa, insieme ad altri, quindi Complice".

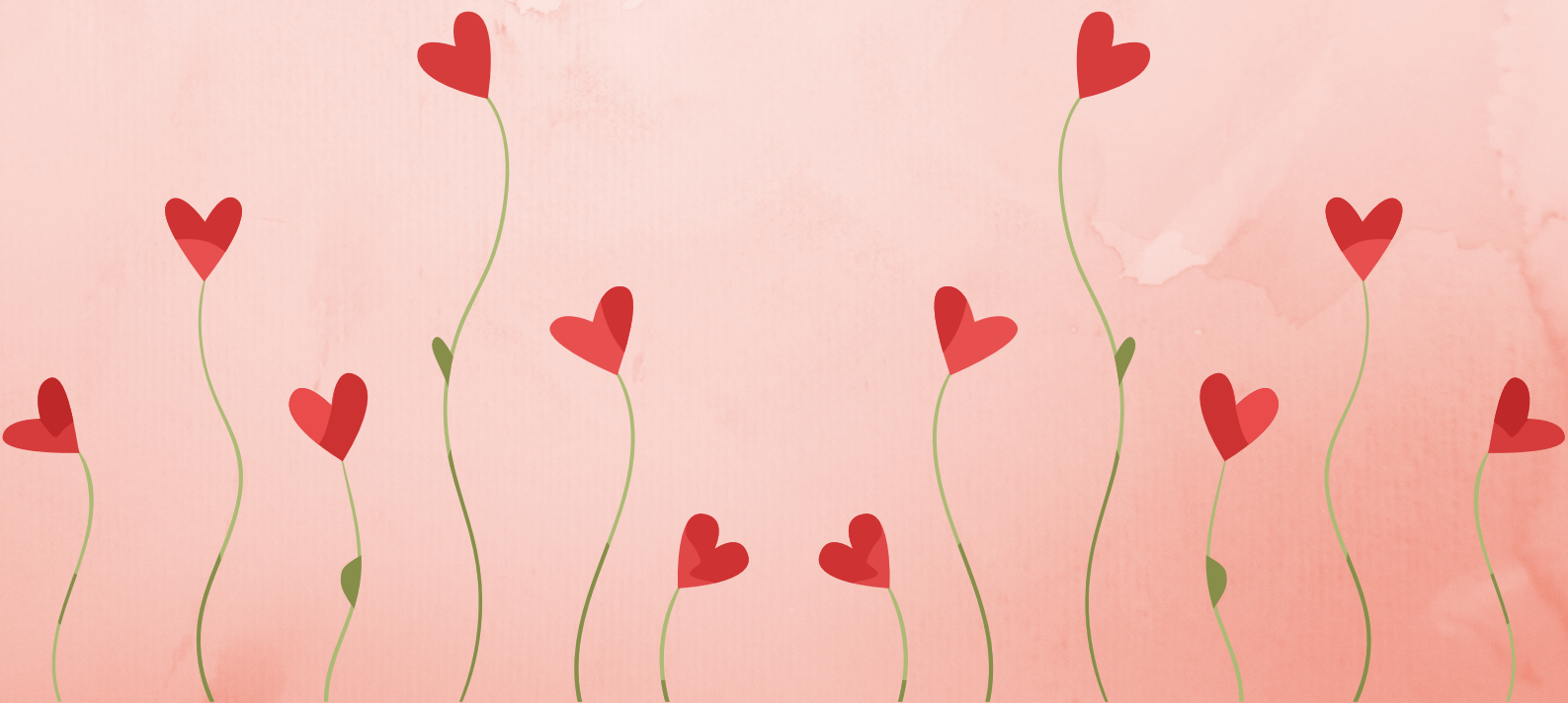
*Quel cuore che sanguina ha bisogno di Complici. Tanti Complici.
Per trovare il suo modo di non sanguinare più, quel cuore ha
bisogno anche di noi.*

Tutta un'altra vita, Erika Zerbini (17 ottobre 2018)

erikazerbini.it



luttoperinatale.life



Se stai attraversando un lutto perinatale, ecco

come posso aiutarti

Una

Persona

da
contattare



Erika Zerbini

Un

Sito

da
consultare



Il lutto perinatale
è quel particolare lutto
che si sperimenta
quando un figlio muore
in epoca pre e perinatale.

Un

Gruppo

di
Auto Mutuo Aiuto



Gruppo di
Lutto perinatale.life

Un

libro

da leggere

disponibile
in tutti gli store



Un

diario

da riempire
con tutti i
ricordi preziosi

disponibile
in tutti gli store



consulenza

NON psicologica
individuale e/o di coppia
*lutto - nuova gravidanza -
come comunicare l'accaduto ai fratellini*
Percorso guidato di scrittura espressiva
Percorso guidato alla scoperta dei
significati del dolore

Un

albo

illustrato

per spiegare
alle sorelle
e ai fratelli
cosa è accaduto

disponibile
in tutti gli store



contatti

@Erika_Zerbini

Erika Zerbini

erikazerbini.it

erikazerbini.it@gmail.com