

“Quel tumore mi ha restituito la mia vera esistenza”

Pubblicato: Venerdì 1 Maggio 2015



«Ci voleva la malattia per farmi capire chi fossi e per obbligarmi a rispondere a domande che evitavo da una vita».

A distanza di 17 anni, **Sonia Scarpante** parla del suo tumore al seno come di **un’opportunità** accaduta nella **fase più drammatica** della vita: « Stavo attraversando un periodo difficile. Una crisi matrimoniale mi stava lacerando. Dopo sei mesi di continue tensioni, ho scoperto **una massa dura** che continuava a crescere. Era un tumore che si era annidato nel mio seno. In quel momento mi è crollato tutto... anche se, dopo l’operazione, ancora dolorante, **ho conosciuto la mia rinascita**».

Con il drenaggio ancora inserito e i punti che pungevano, Sonia sentì l’esigenza di prendere **un foglio di carta e una penna**: « La mia mano era irrefrenabile, scriveva parole a raffica senza che la mia mente potesse contenerla. Non si fermava mai, una parola dopo l’altra e più lei scriveva, più sentivo migliorare le mie condizioni»

Ed fu così che Sonia scoprì la sua terapia, tutta personale, **la scrittura come analisi e conoscenza di sé**: « Quella prima lettera era indirizzata a un medico, con cui non ero mai riuscita a entrare in contatto anche perché era stato collocato su un piedistallo. Poi scrissi a mio marito, a mia madre e alla nonna paterna verso cui nutro un profondo senso di colpa, nascosto sin dalla mia infanzia».

Quelle lettere, **scritte ma non spedite**, divennero la sua cura quotidiana: « Era difficilissimo affrontare le mie ansie e paure. Mi sentivo male, ma più andavo a fondo più mi sentivo sollevata alla fine del

percorso. Ho capito, così, la potenza terapeutica della scrittura».

A un certo punto, davanti a tutti quei fogli scritti fitti fitti, Sonia ha capito che la sua storia poteva diventare di **ispirazione per chi si trovava in situazioni simili**: « Ho chiesto l'autorizzazione ai miei famigliari, mia madre e mio marito. Non erano d'accordo. Erano spaventati, intimoriti dalla forza dirompente di quelle parole: mia mamma è entrata in crisi , una crisi da cui è uscita rielaborando il suo pensiero». E, da quella crisi, ne è nata una gemma perché **insieme, madre e figlia**, hanno lavorato a un libro di racconti che è stato da poco pubblicato.

Sonia Scarpante è presidente dell'Associazione "La cura di sé" e gestisce vari **laboratori di scrittura terapeutica**, al Cro di Aviano, a Bologna, Padova, Mestre, Milano : « le donne spesso ricoprono **ruoli finti**, interpretano personaggi mitici, infallibili, super in ogni cosa. Ritengono di doverlo fare per non deludere chi sta loro attorno, compagni, figli, colleghi di lavoro. L'immagine che si costruiscono, però, alla lunga **le annienta perché si crea uno squilibrio interiore** che ha riflessi ormonali. Le donne temono di rimanere sole per cui **accettano la maschera che le soffoca**. Anche io ero così, soffrivo combattevo perché avevo una terribile paura di perdere tutto».

La sua personale svolta arrivò grazie a una bambina di 9 anni: «Fu mia figlia a darmi la spinta per venire fuori dal vortice in cui stavo sprofondando. Mi disse di andare avanti. Ho capito, in quel momento, che non l'avrei persa. Ho capito che non potevo fermarmi anche per il filo rosso che univa tutta questa storia, un filo rosso che era l'amore».

Per Sonia, la scrittura è stato il volano di una rinascita ma non è stata una scelta fortuita: « **Era una mia passione giovanile**, annullata lentamente durante il corso di studi. Ciascuno deve imparare a guardarsi allo specchio e a vedersi per quella che è veramente, senza pregiudizi».

Scrittura o pittura o scultura o giardinaggio, qualsiasi passione o interesse può rivelarsi il motore di una strada terapeutica : « La via può essere qualunque purché arrivi al punto: alla conoscenza di sé e, soprattutto, **all'accettazione della propria persona**».

Alessandra Toni

alessandra.toni@varesenews.it