

Federica, salvata dalla musica e dagli amici

Pubblicato: Giovedì 26 Novembre 2015



“E’ stata dura, ma per fortuna sono riuscita a troncare il rapporto prima che le violenze verbali e psicologiche diventassero vero stalking o peggio violenze fisiche”. **Federica Mapelli**, vent’anni, di Marnate, nella sua giovane vita ha già provato la più destabilizzante delle esperienze, l’**amore che si trasforma in violenza**.

Ieri Federica ha voluto raccontare la sua storia all’incontro del Coordinamento donne di Cgil Cisl e Uil, per condividerla con i ragazzi delle scuole varesine che hanno affollato Sala Montanari nella giornata contro la violenza sulle donne. E lo ha fatto con il linguaggio giusto, **quello della musica**.

Federica, chitarrista, finita la brutta relazione in cui era cascata, ha elaborato quell’esperienza con una canzone e un video, “**Insomnia’s Lake**“, che ieri è stato proiettato in sala.

Un video a tratti molto duro, ma che si conclude con un messaggio di rinascita e di speranza.



“E’ stata davvero un’esperienza difficile – ha raccontato Federica – Mi sono accorta subito che qualcosa in quella relazione non andava: gelosia, urla, scenate e poi enormi mazzi di fiori per farsi perdonare. **Per fortuna avevo la musica**, i miei amici che mi hanno protetta e la mia insegnante di chitarra che mi ha aiutata tanto e grazie a loro ne sono uscita”.

“Da questa esperienza ho imparato diverse cose, la prima è che dentro di me c’è una grande forza, e la seconda che **non bisogna mai restare da soli a gestire situazioni come queste**. Io non avevo detto niente ai miei genitori, ma è stato un errore, una cosa da non fare mai. E oggi dico a tutti: se sapete o avete il sospetto che una persona a cui volete bene si possa trovare in una situazione simile statele addosso, non mollatela mai, a costo di farvi odiare. Per salvarsi bisogna essere circondati da amici e persone che ti vogliono bene e ti proteggono”.

[Mariangela Gerletti](#)

mariangela.gerletti@varesenews.it