

Storie

La Buona Domenica

«L'arte mi ha permesso di controllare le crisi di panico, veri uragani interiori»

Katiuscia Alfano. Il racconto di un equilibrio che si è spezzato, poi il cammino di ripresa totale fino alla maternità

SABRINA PENTERIANI

«Sono come una pianta nata fra i sassi. Storta, malfatta, ma forte, con le radici salde»: Katiuscia Alfano s'immagina così, e lo dice, oggi, con uno sguardo sereno. Come quegli steli ostinati che si insinuano tra una pietra e l'altra, a ciuffi, nei muri delle case antiche di Città Alta, lei ha trovato una strada per fiorire comunque, per essere felice nonostante i suoi demoni. Ha dovuto combattere con un nemico subdolo: il panico. Una sensazione ingombrante, fluida, che entra in circolo veloce, come il veleno di un serpente, e può avere lo stesso effetto: paralizzare ogni muscolo, finché la vita diventa impossibile. Katiuscia, però, ha trovato i suoi antidoti: l'arte, che è da sempre la sua vocazione, poi la fiducia in se stessa, l'amore, forze ancora più potenti.

Magma di emozioni

«Bisogna avere in sé il caos - scriveva Friedrich Nietzsche - per partorire una stella che danza». Katiuscia ha sentito per anni crescere nell'anima un magma di emozioni così intricate e selvagge che a un certo punto ha perso il controllo.

Fino a 18 anni ha vissuto a Brembate, e ha frequentato il liceo artistico a Bergamo. «Dopo il diploma - racconta - avrei voluto iscrivermi subito all'Accademia Carrara di Belle arti, ma ero già uscita di casa, vivevo per conto mio, in città, e all'inizio non riuscivo a sostenere economicamente anche le tasse scolastiche. Ho dovuto crearmi i mezzi per potermi mantenere. Alla fine però ci sono riuscita, ho iniziato il primo anno. È stato bellissimo - continua Katiuscia - ma anche intenso, perché oltre a frequentare (era obbligatorio essere presenti ad almeno due terzi delle lezioni) dovevo fare tre lavori diversi per guadagnare i soldi che mi servivano. Avevo avviato alcune collaborazioni nel mondo della ristorazione e dell'enogastronomia, con mansioni che mi hanno permesso di scoprire settori molto affascinanti. Ho imparato moltissimo, per esempio, sul vino, sulle tecniche di produzione, sugli aromi; mi occupavo di corsi e degustazioni. Poi coprivo alcuni turni come cameriera in un noto ristorante cittadino e come aiuto cuoca e lavapiatti in un altro locale dell'hinterland. Per un po' ho tenuto botta, anche se il ritmo era serratissimo».

La crisi di panico in auto

Poi, in un giorno come tanti, all'improvviso, questo equilibrio funambolico è andato in pezzi: «Ero appena uscita dall'accademia - spiega Katiuscia -, stavo andando a lavorare. È successo così, mentre ero in macchina, senza segni premonitori. Ho avvertito un'oppressione al petto, il cuore batteva ad altissima velocità, facevo fatica a respirare. Credevo che si trattasse di un infarto. Ero in pieno centro, in via Camozzi. Ho lasciato l'auto accanto alla pensilina dell'autobus e mi sono precipitata a casa di un amico di mio padre,

lì vicino, per chiedergli aiuto. La tachicardia non passava, pensavo che sarei morta da un momento all'altro. Invece, dagli accertamenti medici è emerso che il mio malessere non era fisico ma di natura psicologica».

Il centro psico sociale

Da quel momento la sua sicurezza in se stessa si è incrinata: «Il mio corpo, evidentemente, non reggeva più a una sollecitazione così forte, reagiva in un modo apparentemente incoerente. Ne ho parlato anche con il mio analista, Floriano Bresciani, che è diventato una pietra miliare nella mia vita: non ho mai avuto una psicosi, con la realtà sono sempre andata a braccetto, anche se in modo un po' scostante». Dopo la prima crisi di panico, Katiuscia si è rivolta al Cps (Centro psico sociale) di Bergamo per chiedere aiuto: «Sono stata costretta a lasciare l'Accademia - confessa - perché non riuscivo più a uscire da casa».

Sprofondata nella solitudine

Nel buio della malattia si sentiva sprofondare nella solitudine: «Avevo vicini i miei genitori, un fidanzato, ma per loro era difficilissimo capire e starmi accanto. Qualcuno mi ha detto che sarebbe stato meglio se avessi avuto una gamba rotta, perché quella, almeno, si poteva vedere. Ed era così, un disagio sfuggente, anch'io avevo perso le redini di me stessa. Ci sono passata e ne sono venuta fuori: questo mi permette oggi di comprendere bene persone che stanno peggio di me e talvolta di aiutarle. È come fare un giro all'inferno, tornare e raccontare. Questo può dar forza, diventare un trampolino di lancio, me ne sono resa conto col tempo. Ho imparato anche a non prendermi troppo sul serio e a ridimensionare tante situazioni».

Perso il lavoro

Anche dal punto di vista professionale Katiuscia ha vissuto un momento complicato: «Ho perso tutte le mie collaborazioni, per due anni non sono più riuscita a lavorare, e dopo ho dovuto ricominciare da zero. Mi sono costruita una tana, dove sono rimasta rinchiusa a leccarmi le ferite, finché mi sono sentita di nuovo abbastanza intera da uscirne. Ho dovuto presentarmi a una commissione, ottenere un'invalidità parziale per avere diritto a un posto di lavoro protetto, in modo che fosse possibile mantenerlo anche in caso di ricaduta. Mi è costato molto, mi turbava l'idea di farmi applicare un marchio addosso, ma volevo anche riemergere ad ogni costo da quella situazione, perciò mi sono decisa, anche se mi costava. Poi la mia vita è ripartita, grazie ad alcuni contratti attivati con le cooperative sociali, tuttora lavoro per la cooperativa Namasté. Ho provato nel frattempo a mantenere aperta anche la strada dell'arte, ma non sono mai riuscita a sostenermi con essa. Non smetto di provare, ma è un ambito che non mi offre entrate stabili».



Il corvo che appare nell'installazione video «The Crow Piece» all'Onp Bistrò di Borgo Palazzo



Katiuscia con l'artista Monica Ferrari



Katiuscia con una sua opera alle spalle



Una delle opere d'arte realizzate da Katiuscia Alfano

■ In Accademia un professore mi aveva definita una nomade culturale»

■ All'Onp Bistrò in Borgo Palazzo esposta la sua installazione video «The Crow Piece»

L'energia nel disegno

Katiuscia da sempre ha sentito l'arte come uno speciale canale di comunicazione attraverso il quale i nodi della sua anima si scioglievano e riuscivano a emergere in modo forte ma armonioso: «All'inizio al liceo mi sentivo bloccata, soprattutto nel disegno dal vero. Un giorno però ho avuto una specie d'illuminazione, come se mi si fosse spalancata un'altra dimensione. Sono riuscita finalmente a esprimere qualcosa di diverso, di personale. Gli insegnanti erano entusiasti. Purtroppo allora non avevo una qualità di vita buona, e neppure ritmi accettabili, perciò non riuscivo a dare allo studio tutto lo spazio che avrei desiderato. Ma è stata la prima volta in cui ho sentito di ottenere stima e considerazione, così ero certa di trovarmi nel posto giusto, perché l'energia che mi scorreva tra le mani quando dise-

gnavo era potente. Era un modo per domare i miei uragani trasformandoli in bellezza».

Il quadro di Van Gogh

Uno dei quadri più coinvolgenti di Van Gogh è quello del «Campo di grano con volo di corvi» (del 1890, conservato al Van Gogh Museum di Amsterdam), che fu uno degli ultimi dipinti prima della sua morte: comunica tristezza, solitudine, ma anche un irrefrenabile energia.

Ci sono la stessa ambiguità di luce e di buio, bene e male, dolore e speranza, lo stesso carico di emozione anche nel corvo pronto a spiccare il volo che compare nelle prime inquadrature dell'installazione-video «The Crow Piece» che Katiuscia ha messo a punto con altri due artisti, Matteo Cremaschi e Monica Ferrari, esposta in mostra all'Onp Bistrò in Borgo Palazzo (nel complesso dell'Ats),

gestito dalla cooperativa Namasté, fino al 12 ottobre (dal lunedì a venerdì, ore 8-16).

Il film con 4.000 frame

«In quel corvo rivedo molto di me stessa» confessa lei con un sorriso in cui c'è tutto: l'oscurità del passato, la certezza del presente, la speranza di un futuro più luminoso. Quel video, di cui la mostra presenta solo un assaggio (il resto dev'essere ancora ultimato), è un primo traguardo, una conquista importante.

«Il mio film è composto in tutto da 400 frame, ognuno disegnato, fotografato, elaborato con strumenti digitali, in una lunga serie di passaggi, riflessioni, ritocchi. Messi in sequenza si animano, prendono vita. Una parte essenziale, che mi sta particolarmente a cuore, è l'accompagnamento sonoro di Matteo Cremaschi».

I farmaci contro il «drago»

Nella definizione del suo stile e del suo modo di operare in ambito artistico Katiuscia sente di aver subito in particolare l'influenza di Stefano Arienti, uno dei suoi insegnanti all'Accademia: «Mi aveva dato un'etichetta azzeccata, diceva che ero una nomade culturale. Questa sua definizione mi ha aiutato, mi ha alleggerito, come se fosse riuscito a inscatolare qualcosa che mi rendeva la vita difficile».

Tornare all'arte dopo la malattia, però, ha richiesto un impegno lungo e complesso: «Ho seguito un percorso psichiatrico e per tenere a bada il drago che avevo dentro, ho dovuto assumere farmaci. Alcuni li prendo ancora».

La rinascita

Sono passati diciotto anni da quella prima crisi e Katiuscia ha fatto passi da gigante. Ha una bambina, Agata, 5 anni, e la sua nascita ha segnato uno spartiacque: «Mi sono resa conto, come ogni madre, della potenza che c'è in noi, anche se ci sentiamo fragilissimi. Riuscire a dare alla luce una bambina è stato meraviglioso, mi ha fatto prendere coscienza di me stessa in modo nuovo. Sono cresciuta con lei».

Ha ripreso slancio e coraggio, ha ritrovato il suo nucleo originario, ha scoperto che da qualche parte, dentro di lei, i suoi sogni erano ancora intatti. «Avevo paura di rimettermi in gioco, di mostrarmi al mondo, poi ho capito che era uno sbaglio: ora mi accetto come sono, con le mie debolezze. Non ho niente da nascondere, sono contenta di me stessa e sono fiera di essere riuscita a superare le difficoltà, di non essere più in balia degli eventi, di aver ripreso, almeno in parte, il controllo di ciò che mi accade. Ho tanti progetti, ho incontrato persone che mi hanno dato nuovi stimoli e mi hanno aiutato a non sentirmi più schiacciata sul presente. Mi sembra di aver finalmente riconquistato la capacità di lasciar affiorare la parte più originale, più vera di me stessa».