

Perché i rifugiati hanno bisogno di un aiuto psicologico urgente

Ho pensato fino all'ultimo momento che sarei rimasto a casa mia fino alla fine della guerra. Una settimana prima del suo inizio, quando le ambasciate stavano evacuando il loro personale da Kiev; e la mattina in cui mi sono svegliato per un'esplosione lontana, sono andato in cucina e ho iniziato a fare il caffè; e il secondo giorno di guerra, quando io e mia moglie stavamo guidando attraverso la città vuota per comprare da mangiare, discutendo se avremmo dovuto ricevere dall'ufficio di registrazione e arruolamento militare un AK 47, che fu distribuito a tutti coloro che lo desideravano nei primi giorni di la guerra.

Ma la mia determinazione è cambiata dopo alcune notti trascorse in un rifugio antiaereo. La Russia ha bombardato città in tutta l'Ucraina, la sirena di allerta del raid aereo ha ululato a Kiev dalla mattina alla sera, i combattimenti di strada iniziati nei sobborghi si stavano avvicinando sempre più a casa nostra. Già il secondo giorno, ho iniziato a notare che stavo perdendo rapidamente la mia libertà: tutti i miei piani sono andati in pezzi nel momento in cui ho letto che era iniziata la guerra, dopo le prime esplosioni ho iniziato a reagire in modo sensibile ai suoni forti, e la sirena tirava me nel seminterrato mi ha fatto arrabbiare. Ero sempre meno padrone di me stesso, e la mia casa sempre meno era mia, ne fui cacciato dalla minaccia dei missili. Probabilmente tutto quello che avevo allora era la mia scelta di non partire, di continuare a vivere a casa mia.

Entro il terzo giorno, ho perso anche quello. Non avevo dormito per tutta la notte precedente. Insieme ad altri uomini, mi trovavo all'ingresso del rifugio antiaereo ad ascoltare i suoni della battaglia in corso nel centro della città, a 5-7 chilometri da noi. Ricordo di aver pensato che non volevo che fossimo rinchiusi nella trappola di pietra del rifugio antiaereo. Immaginai con ansia e paura che l'unica via d'uscita sarebbe stata occupata da un soldato russo. "Starà alla porta e ci farà uscire uno alla volta", ho pensato. Dovremmo fare quello che ha detto. Prima dell'alba ho svegliato mia moglie e mia figlia e le ho portate a casa. Volevo essere a casa se i russi raggiungevano la nostra strada. Ci siamo addormentati in un breve pisolino e al risveglio abbiamo visto al telegiornale che un missile russo aveva colpito un edificio residenziale non lontano da noi. "Cos'altro deve succedere per prendere la decisione di lasciare la casa e trasferirci?" ci siamo chiesti.

Ci sono volute due ore per fare le valigie. Tutta la nostra vita sta in tre valigie e una piccola macchina. Siamo scivolati attraverso la città terribilmente vuota, abbiamo alzato le mani per avvicinarci ai mitraglieri a un posto di blocco e ci siamo ritrovati abbandonati alla nostra volontà. Poi c'è stato un lungo viaggio. Più ci allontanavamo, più chiaramente sentivo che stavo perdendo la mia casa. Abbiamo cercato casa ad ogni tappa: volevamo stare in un appartamento moldavo, un hotel rumeno, una stanza a Budapest. Ogni giorno volevamo fermarci e tornare a casa. Ogni mattina aprivamo le notizie con ansia e speranza e lo chiudevamo con ancora più tristezza. Quando arrivammo all'appartamento rurale dei nostri amici nel nord Italia, mi sentivo sempre più come un cane che avesse perso il suo padrone in mezzo alla folla. Qualcosa di vitale dentro di me era perso, sentivo di aver perso la mia libertà che l'attaccamento alla casa ci regala. Riuscivo a malapena a scegliere e stabilire le priorità, tutto mi sembrava ugualmente significativo e ugualmente privo di significato, tutta la mia energia era spesa per oppormi al caos sempre più intenso. Non c'era niente dietro o davanti, e tutto ciò che dovevo fare era restringere la mia vita fino al giorno di oggi. Ricordo

come, il secondo giorno dopo il nostro arrivo, lavammo la federa da un cuscino che mia figlia aveva preso dal suo letto. Quando la federa si è asciugata, ha perso l'odore di casa.

Non ci sarà momento migliore per iniziare ad aiutare persone come me che in questo momento. Nei nostri cuori portiamo qui non solo esplosioni, distruzione e morte, ma anche un essere umano che ha perso la casa, un senzatetto. Un senzatetto è più difficile da riconoscere, soprattutto se si nasconde dietro ferite sanguinanti risultanti da perdite più acute e visibili. Il disturbo da stress post-traumatico e sintomi acuti simili sono molto più evidenti del dolore silenzioso di qualcuno che ha perso la casa e non è in grado di ricostruirla. Questo è un evento interiore incantato, una palude, i cui confini si espandono ogni giorno, una giornata da marmotta senza fine, da cui è impossibile trovare una via d'uscita senza il supporto di altre persone. Ciò che accade dentro un rifugiato può essere paragonato a una malattia che limita la sua libertà di prendere decisioni, di vivere la sua vita. Le persone come me soffrono i senzatetto. Una tale malattia può e deve essere trattata nelle prime fasi. E temo che se l'aiuto per persone come me verrà posticipato, le strade delle città europee saranno piene di milioni di occhi vuoti che hanno perso la speranza e il significato di ciò che sta accadendo: sono occhi di persone che non sono in grado di addolorarsi perdere e andare avanti. Un secolo fa, Edna St. Vincent Millay ha descritto persone come me con incredibile precisione nella sua poesia sulla perdita. Con questo concludo il mio intervento:

Lamento

Edna St. Vincent Millay

Ascoltate, bambini:
vostro padre è morto.
Dai suoi vecchi cappotti
vi farò delle giacchette.
Vi farò dei calzoni
dai suoi vecchi pantaloni.
Ci sarà nelle sue tasche
cose che ci metteva lì,
chiavi e penny
coperto di tabacco.
Dan avrà i soldi
per salvare nella banca.
Anne avrà le chiavi
con cui fare un bel rumore.
La vita deve andare avanti,
ei morti siano dimenticati.
La vita deve andare avanti,
anche se gli uomini buoni muoiono.
Anne, fai colazione.
Dan, prendi la tua medicina.
La vita deve andare avanti.
Dimentico solo perché.