

## ZUCCHERI, BUGIE E AMORE

*Mi sveglio sudata, con un gran senso di vuoto: ho paura. Paura che con Paolo finisca tutto. Che si innamori di una più giovane, più magra. Come è possibile che lui desideri proprio me, con la mia taglia abbondante? Che ansia. Quasi quasi lo lascio prima io*

Storia vera di Olga T. - raccolta da Vanna De Angelis

**S**i, la mia è proprio una storia d'amore senza zucchero. Una complicata e sofferta storia d'amore. È cominciata in un giorno lontano, insieme alla mia decisione di smettere di fumare. Avevo iniziato quando Giorgio se n'era andato, non era stato facile abituarci a vivere sola. Nonostante le liti, i muscoli, i silenzi e la tensione, ogni tanto lui mi mancava, ogni tanto spesso! Specie la sera, visto che non potevo infilarmi ogni volta in casa degli amici o dei parenti. Così mi sono detta: sai che c'è? Mi compro delle sigarette, dicono che fumare fa compagnia. Così ho fatto. Da quando è finito il mio matrimonio con Giorgio ho avuto due storie sentimentali importanti, purtroppo entrambe con un uomo sposato. Sembra che in giro ci siano ormai solo uomini sposati. Ti dicono che ti adorano e che lasceranno la moglie con cui c'è solo una convivenza formale, ti assicurano che non hanno più rapporti. Naturalmente non è vero. Così a un certo punto mi sono detta che quelli accasati non mi avrebbero beccata più. Ho fatto il conto delle lacrime che ho pianto e mi sono detta che non ne vale proprio la pena. In più, mi sono sentita ogni volta uno schifo, perché sono riuscita a mettermi nei panni delle mogli tradite;

non è stato difficile, visto che a me non era piaciuto per niente che Giorgio avesse un'amante.

Be', dicevo che ho smesso di fumare. Ho smesso per una ragione molto semplice: mi sono fatta due conti e costa troppo, ecco perché. Ho smesso di fumare, ho messo da parte i soldi. Ora a 53 anni non fumo e non ho un fidanzato perché da quando ho chiuso con Lucio non ho incontrato più nessuno che



**IL CONSIGLIO PSICO**

Manuel Mauri, psicologo e psicoterapeuta del Centro Europeo Psicoterapia Ipnocica Strategica

**"E SE MI ABBANDONA?"**

Una bassa autostima può essere alla base della paura di essere lasciate. Valgo poco, ci si dice, "non sono abbastanza". L'immagine di sé, il modo di vedersi, è negativo: soprattutto chi è sovrappeso si sente goffo, e si comporta poi come se lo fosse. Innescando nell'altro proprio la risposta che teme. Cosa fare allora? Modificare il modo di porsi. Portando magari qualche cambiamento fisico, iniziando una dieta. E "indossando" uno spirito diverso, più sicuro. La risposta degli altri al nuovo modo di considerarsi se stesse farà acquistare sicurezza, e proseguire nel cambiamento.

mi piacesse o a cui io piacessi. Lavoro come commessa in un negozio di intimo femminile, cose di lusso. I microscopici slip di pizzo con reggiseno abbinato costano una follia, ma vanno come il pane, per così dire. Biancheria che non metterei mai, io vado sul classico, mutande ascellari, come dice mia sorella, e un qualsiasi reggiseno che più animino non si può. Proprio qui, in questo negozio, inizia la vicenda che mi ha cambiato la vita. Perché un giorno Patrizia, la proprietaria, mi dice: «Olghina, provati questa vestagietta di seta che voglio vedere come cade». Me la infilo e guardandomi nello specchio resto di stucco.

**C**ome ho fatto a non accorgermene prima? Certo, mi sono resa conto che da quando ho smesso di fumare - e aggiungici la menopausa - i pantaloni mi stanno sempre più stretti, certe camicette non riesco più ad abbottonarle, ho dovuto persino comperarmi un reggiseno di una taglia in più. Anzi di due. Però non ci ho badato, come se non mi vedessi. Poi è successa una cosa. Da vario tempo nei momenti liberi corro da mia zia, anzi prozia, che da quando si è rotta una gamba non è più autonoma come prima, del resto ha anche i suoi 92 anni, è lucida più di me ma ha bisogno di una mano per tante cose. Mia sorella non può occuparsene perché ha tre figli e un marito. «Tu sei libera, Olga» ha dichiarato «pensaci tu alla zia». Già, proprio così. Potevo risponderle: «Scusa, ma perché non facciamo un po' a turno?». Non l'ho fatto perché, tanto, avrebbe detto di no. Fortuna che adoro la prozia e non mi pesa per niente occuparmi di lei. In ogni modo, stasera dopo il lavoro sono lì da lei che le preparo la cena, le dico che in negozio mi sono provata una cosa che mi andava terribil-