

# DCA: Intervista a Clara Brunello "dall'anoressia si può guarire".

Data: Invalid Date | Autore: Rossella Assanti

---



**BOLOGNA, 13 FEBBRAIO 2014** - Ha combattuto anche lei, **Clara Brunello** autrice del libro "**Viva di Nuovo**", contro la bestia che ti lacera il corpo, che rischia di prendersi anche l'anima e di divorarsi la vita: l'anoressia. L'abbiamo intervistata proprio per dimostrare come, per quanto forte sia la stretta dentro cui ti racchiude "la bestia", sappiamo che altrettanto forte sa essere la vita a svincolarsene e, anche se zoppicando, trionfare.

**Vuole raccontarci la sua esperienza, la sua entrata in quel tunnel infernale e il momento in cui poi ha visto la luce?**

*L'anoressia è realmente un tunnel infernale, in cui si cade senza accorgersene - e quando lo si realizza può essere troppo tardi... oppure è il momento buono in cui si prende coscienza della realtà per uscirne. Nel mio caso, cercare di comprendere la causa (o meglio le cause) è stata la condizione necessaria per poterne uscire. Non posso identificare una singola causa: piuttosto, si tratta di un assommarsi di concause, sia di tipo psicologico sia di tipo spirituale e relazionale. Il momento di vero cambiamento, sbocciato su ciò che era maturato in questa lunga e dolorosissima ricerca interiore, è coinciso con ciò che identifico come un dono speciale del buon Dio: il giorno in cui una mia carissima zia lasciava questa terra, dopo aver offerto la sua sofferenza accolta con amore perché io guarissi, qualcosa è scattato in me e mi ha permesso di lasciare per sempre la palude dell'anoressia.*

**"Viva di nuovo" è il titolo del suo libro. Quando ha scelto di rinascere? Cosa l'ha spinto a**

## **scegliere la vita "di nuovo"?**

*Come dicevo, è stato necessario comprendere a fondo e senza paura le cause, guardandomi dentro per tanto tempo e cercando di capire come mai fossi finita così; poi c'è voluta determinazione e decisione - che però avevo avuto, seppur parzialmente, anche altre volte, ma senza successo. E' infatti indispensabile una rinuncia radicale a tutto ciò che "ruota" intorno all'anoressia, e che ad occhi esterni può anche sembrare del tutto estraneo a comportamenti tipici del disturbo del comportamento alimentare. Solo la persona che lo vive può sapere realmente quali sono le "frange" dell'anoressia nella propria vita, e solo se le taglia decisamente, tutte, potrà essere finalmente libera. Infine, non meno importante, il dono della vita che mia zia ha fatto per me è stato la spinta determinante per "spiccare il volo".*

**Qual è stato il sentimento che ha fatto nascere il suo libro? Ha utilizzato la scrittura come una sorta di "terapia" o lo ha fatto quando tutto era finito, quando la tempesta si era placata, facendo così in modo che la sua esperienza potesse essere un piccolo aiuto per chi soffre di DCA? Perché sappiamo che parlarne, scriverne, può aiutare a sentirsi meno soli mentre si combatte con quella "bestia".**

*In parte è vero, ma è anche vero che molte delle persone che ho conosciuto e che hanno lottato con l'anoressia usano le parole anche per difendersi dalla realtà. Siccome spesso sono persone molto intelligenti e sensibili, a volte "affogano" la verità in una moltitudine di scritti, telefonate, pensieri e rimuginazioni, senza accorgersi che la vita è "fuori". Anche per me in parte è stato così, ed ho utilizzato qualche frammento di ciò che avevo scritto nel periodo "nero" nel mio libro, più che altro per dare uno spaccato della realtà che vivevo. In realtà, il libro è nato da una richiesta dell'editore, che era venuto a conoscenza della mia richiesta: dopo la guarigione, a dire il vero, non sarei proprio riuscita ad affrontare una pagina bianca a cui raccontare il mio tunnel. Così ho pensato di riutilizzare (naturalmente modificandole sostanzialmente) delle lettere che avevo scritto a persone reali che si trovavano a vivere la stessa dolorosa esperienza: in questo caso, avere in mente delle persone ben precise con cui condividere umilmente la mia vicenda mi ha aiutata a tirarla fuori per cercare di aiutare anche altre persone.*

## **Come definirebbe lei l'anoressia?**

*Vorrei utilizzare le parole di una ragazzina che è stata colpita dall'anoressia quando aveva 12 anni e ne è uscita felicemente a 14: "è un mostro, lo sciupa-anime"!*

**C'è una parola, un messaggio in particolare che vuole mandare a chi si trova a combattere contro una tale realtà?**

*Non smettete mai di sperare. La vita è un dono immenso, e non potete permettere al "mostro" di divorarla. Ciò che siete state fino a ieri o fino a oggi non determina ciò che sarete domani: non lasciatevi ingannare dalla malattia che vi dice che da questo tunnel non si può uscire. Cercate l'aiuto di persone buone, capaci ed esperte; non chiudetevi nella vostra disperazione e non isolatevi. Guarire si può; si può ritrovare un modo molto più sano di essere belle, realmente belle, e si può costruire un domani diverso. E, se credete, provate a mettere le vostre lacrime ed il vostro dolore nelle mani di Colui che può guarire e sanare le vostre ferite.*

Perché forse l'adrenalina sale mentre l'ago della bilancia scende, forse ad un certo punto l'anoressia è l'unica compagnia che concedi a te stessa, l'unica in mezzo ad un vortice di silenzio e solitudine. Eppure, nonostante tutto, nonostante le calorie passate a pesare per non contare i vuoti dell'anima, nonostante la "pseudo certezza" che vuoi dare a te stessa in mezzo a quel baratro di incertezze, la

paura di non essere, si può giungere a quella svolta, per quanto difficile sia il cammino e prendere la mano che il mondo ti tende, far trionfare la vita perché è quella l'unica cosa per la quale ne vale veramente la pena. Perché è sempre meglio scegliere di vivere, anziché sopravvivere o morire.

(immagine da amazon.it)

**Rossella Assanti**[MORE]

---

Articolo scaricato da [www.infooggi.it](http://www.infooggi.it)

<https://www.infooggi.it/articolo/dca-intervista-a-clara-brunello-dallanoressia-si-puo-guarire/60490>

