

A Merano ci sono alcuni posti che non mi mettono direttamente paura, ma una strana inquietudine. Ovviamente stiamo parlando del margine di tempo dal tramonto in poi.

I posti sono:

- il parco Sissi,
- via Brennero,
- la stazione centrale e i dintorni &
- via Garibaldi.

Le ragioni perché questi posti mi fanno paura sono sempre le stesse. Per prima cosa, durante questo lasso di tempo, non gira mai gente raccomandabile. Vedo strani individui e quelli che mi fanno più paura sono quelli che girano in gruppi. Anche quelli che sono da soli non mi rassicurano molto. Comunque cerco sempre di evitarli e fare finta di niente. Insomma, di non attirare la loro attenzione. Già che ci sono, posso anche aggiungere che qualche volta fanno commenti strani o fischiano dietro alle ragazze che passano. Questa è una cosa che dà molto fastidio, ma non si può dire niente, perché si rischierebbe grosso. Soprattutto quando queste persone non sono sole. Le strade che ho elencato sono molto alberate, quindi la visuale è limitata, un altro problema grave. Non vedendo chi possa esserci nascosto, l'ansia sale. Poi queste vie sono solitarie e deserte, per non parlare dell'illuminazione. Ci sono alcuni lampioni, ma non sono sufficienti.

Cosa faccio per vincere la paura? Bella domanda. Ho molti metodi che mi rassicurano. Per prima cosa cambio direzione o vado dall'altra parte della strada quando vedo qualcuno che mi spaventa. Altrimenti cerco di avvicinarmi il più possibile a persone che mi rassicurano o che mi sembrano serie. Così non corro pericolo o almeno mi sento più sicura. Poi cerco di evitare le strade e i parchi in questione. Preferisco fare il giro lungo invece di prendere la scorciatoia che trapassa il parco inquietante e buio. Secondo me, la miglior cosa è andare in giro in compagnia. Soprattutto di sera. Poi, un'altra strategia: faccio finta di telefonare. Oppure telefono veramente. Mi rassicura. E poi il cellulare lo tengo sempre a portata di mano, non si sa mai.

Le sensazioni che sento sono varie. Cambiano da un momento all'altro.

Alle volte penso di essere paranoica, perché mi guardo intorno furtiva e credo che da un momento all'altro un uomo possa saltare fuori da un cespuglio. Forse guardo troppi film. Se qualcuno mi vedesse, credo passerei per matta. Cerco sempre di stare attenta a ogni piccolo movimento, per spaventarmi di meno se

succedesse qualcosa. Però, il problema è che sono sempre nervosa, la tensione trapassa il mio corpo come un cavo elettrico. Non mi piace questa sensazione. Mi fa sentire insicura e indifesa, anche se forse non corro pericoli. Ma potrebbe sempre essere no? Meglio essere prudenti. Sono agitata e mi batte forte il cuore, anche se non sempre so il perché. Al minimo movimento sobbalzo e mi maledico, dato che quasi sempre non è niente. Al limite il mio cellulare che squilla. Certe volte mi sento osservata, ma mi rassicuro, pensando che non è niente, che forse sto diventando proprio troppo ansiosa. La cosa peggiore è che mi vengono in mente scene di film dell'orrore, anche se so perfettamente che non possono assolutamente succedere, perché sono irreali e certo non le più sensate. Il mio cervello si gira un film da solo, quindi meglio non pensare affatto, solo stare attente/i e andare per la propria strada. Arrivata a casa, finalmente sono tranquilla.