

SaronnoNews

Quei “milioni di buchi” che ci insegnano a convivere con l'assenza

Michele Mancino · Tuesday, October 13th, 2026

Un fratello che non c'è più e i vuoti che lascia dietro di sé nella casa, negli oggetti, nella musica e nella vita di ogni giorno. **Gaia Rizzi**, autore e illustratore di “**Milioni di buchi**”, parte dalla **morte improvvisa del fratello Angelo** per raccontare il proprio percorso attraverso il lutto. Il libro sarà al centro della serata del **21 ottobre** (inizio ore 21) a Castronno, alla quale parteciperà anche la psicoterapeuta **Marta Zighetti** di **Essere Esseri Umani**.

Nel corso dell'incontro ci sarà inoltre **una tavola rotonda** con **Silvia Crespi**, psicoterapeuta dell'infanzia e dell'adolescenza, che affronterà il **tema del lutto nei bambini**, e **Chiara Ghinassi**, educatrice e illustratrice, che approfondirà il ruolo e la **potenza degli albi illustrati** nell'avvicinare ed esprimere temi ed emozioni difficili.

A completare questo percorso, proponiamo una bibliografia essenziale sul lutto, una selezione di libri per bambini e adulti curata da **Barbara Salvioni** che, attraverso linguaggi e prospettive differenti, provano a dare parole all'assenza, al dolore e ai legami che restano.

PRENOTA UN POSTO A MATERIA SU EVENTBRITE

Gaia, nel libro scrive che suo fratello ha lasciato buchi ovunque. Perché ha scelto questa immagine per raccontare l'assenza?

«Il lutto non è qualcosa che a un certo punto ci abbandona o non farà più parte della nostra vita. Si tratta piuttosto di trovare pace con il fatto che possiamo conviverci. All'inizio il ricordo coincide con una grande mancanza, poi può finalmente diventare un ricordo che porta anche la gioia di ritrovare quella persona, pur non potendola più avere nella realtà materiale. Quindi il punto non è tanto colmare quei buchi, quanto piuttosto viverli».

L'assenza entra negli oggetti quotidiani: nel tavolo, nel letto, nei vestiti, negli strumenti musicali. Quanto c'è della sua storia in questo racconto?

«È tutto molto autobiografico. La casa rappresentata è la mia casa d'infanzia, quella in cui sono dovuto tornare dopo avere ricevuto la notizia. Io ero a Roma e ho dovuto affrontare un lungo viaggio. Tornare sapendo che quel luogo, fino a quel momento abitato anche da mio fratello, non sarebbe più stato casa sua ha reso la mancanza fortissima. Poi ho capito che non serviva essere lì per sentirla, mancava ovunque. Anche nella comunicazione frequente che avevamo, nel desiderio di condividere un brano, un film, qualcosa che avevo trovato. E lì ti scontri con il fatto che non potrai più farlo».

Gaia, la musica ha un ruolo centrale in questo percorso, anche perché Angelo è un musicista.

Nel libro arriva un momento in cui, ascoltandola, il suo cuore ricomincia a “danzare”. Che cosa è successo?

«L’arte, per la mia esperienza, può essere estremamente lenitiva. Permette di esprimersi e soprattutto concede tempo all’espressione. Se dentro trovi dolore, mancanza, un lutto, devi poterci stare, con il tuo ritmo e i tuoi tempi. Nella società in cui viviamo è difficile trovare quel silenzio. L’arte invece ti permette di immergerti in te stesso e di guardare ciò che hai davanti. La musica classica, in particolare, è stata una chiave. Per un periodo era impossibile ascoltarla senza pensare ad Angelo. Poi, riavvicinandomi a essa, è arrivato un acquietamento, la possibilità di tornare al ricordo senza rimanerne completamente assorbito».

Per Marta Zighetti, psicoterapeuta che ha curato la prefazione del libro, “lasciare andare” non significa dimenticare. Che cosa significa allora elaborare un lutto?

M.Z: «Significa interiorizzare. Quando accompagniamo le persone nell’elaborazione di traumi e perdite spieghiamo che si può provare persino un senso di colpa per essere sopravvissuti o per il fatto di andare avanti, quasi che elaborare significasse dimenticare. È il contrario,. L’elaborazione permette di introiettare la persona, che diventa parte di me. Posso finalmente pensare a tutti i ricordi che la riguardano, non soltanto a quelli tragici legati alla morte, alla malattia, all’incidente o comunque alla perdita».

Nella storia raccontata nel libro ci sono l’improvvisa perdita e la giovane età. Sono elementi che rendono più difficile questo percorso?

M.Z: «Sì, sono due caratteristiche che possono complicare il naturale processo di elaborazione. Il nostro sistema è molto resiliente, ma a volte non riesce a farcela da solo e allora si inceppa e si blocca. La fulmineità, la mancanza di preavviso e la durezza dell’evento possono essere fattori di rischio. Anche non avere potuto salutare una persona può pesare molto. I riti di saluto hanno un significato importante proprio perché ci avvicinano alla realtà della morte, che nella nostra società tendiamo invece a rifuggire».

Gaia, a un certo punto della storia scrive: “Per fortuna mio fratello mi ha lasciato infiniti buchi”. È quasi un paradosso: la presenza che si manifesta nell’assenza. Che cosa significa oggi?

G.R: «Significa che se lì non c’è più niente, è perché prima qualcosa c’era. La mancanza diventa in qualche modo preziosa perché, dolorosamente, è ciò che rimane. Ed è importantissimo che rimanga almeno quello. Abbiamo bisogno di ricordare le persone. Il ricordo ci richiama a ciò che è importante e anche al fatto che abbiamo un tempo per provare a vivere pienamente. Quei buchi diventano una specie di richiamo: ricordati di lui e cerca di vivere».

Anche il blu domina le illustrazioni. Perché questa scelta?

G.R: «È un colore che può essere molto nostalgico e mette in connessione con le emozioni. Mi sembrava adatto a un libro che racconta un percorso interiore, l’affetto, l’amore e il dolore. Volevo rendere il racconto il più morbido possibile, perché affronta un tema molto importante e non volevo che si presentasse al lettore come un muro insormontabile. E poi il blu era anche uno dei colori preferiti di Angelo».

Marta Zighetti, davanti a un’esperienza così difficile da esprimere, che cosa può fare un libro illustrato e più in generale l’arte?

M.Z: «L’arte riesce a dare uno spazio e una possibilità in più. Questo libro, nella sua minimalità e nella sua brevità, concentra sentimenti e verità. Gli albi illustrati hanno una grande potenza perché possono aprire uno spazio e depositare dei semi che magari germoglieranno in un secondo

momento. Ed è proprio quello spazio che, nel lutto, è necessario per poter ricostruire».

PRENOTA UN POSTO A MATERIA SU EVENTBRITE

This entry was posted on Tuesday, October 13th, 2026 at 7:36 am and is filed under [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.