

## LA MAIL

**Mail di:** Rosy

**Oggetto:** SE ANDASSI VIA...

**Data pubblicazione:** 17.01.2012

Salve mi chiamo Rosy,

ho un foglio bianco davanti , su cui dovrei scrivere la mia disperazione , per spiegarvi che troverei sollievo solo andando via da questa vita inadeguata per me ...e non so se riuscirò a descrivere ciò che ho dentro da tanti anni ormai

Ho 46 anni e sono separata dall'età di 39 , con due figli allora di 3 e 7 ...che adoravano il padre e che lo adorano tutt'ora come un idolo ...mentre io sono una madre cattiva, depressa e non sono in grado di svolgere il mio ruolo di madre , tanto che il figlio più grande all'età di 12 anni è andato a vivere con il padre e da due anni non mi vuole più vedere , tagliandomi fuori dalla sua vita totalmente ....Inutile dirvi il mio stato d'animo , sono passata da un ricovero ad un altro con psicofarmaci che mi toglievano il senso della realtà.

Non ho mai accettato la separazione (anche perché non voluta da me) e mi sono portata dietro, ancora oggi , tanta rabbia per una vita rovinata e un disastro totale con i figli .

Ma la cosa che mi sta divorando il cuore è che da 2 mesi circa, al mio figlio più piccolo di 11 anni è stato diagnosticato il diabete mellito di 1°, in un primo momento sembrava più facile da accettare ....ma adesso è arrivato il crollo per me .... sono di nuovo arrabbiata con lui con l'altro mio figlio che mi odia, con il mio ex marito che mi vorrebbe morta e con il mio attuale compagno con cui non sono per niente felice, ma mi manca la forza di lasciarlo perché sono vigliacca e ho paura di restare sola...

Adesso il mio pensiero ricorrente è che se andassi via... forse tutti starebbero meglio senza di me... i miei figli andrebbero entrambi con il padre dove si respira un'aria migliore di casa mia... e il mio compagno troverebbe una vita migliore altrove...

Vado da uno psicologo da circa 8 anni ma non sa più che fare con me ogni anno i problemi sono lievitati fino ad essere dei veri e propri drammi da sopportare per me .....e non so neanche perché sto scrivendo questa lettera, visto che neanche voi riuscirete a lenire il mio profondo dolore.

Grazie per avermi letto.  
Porgo Distinti saluti.

## RISPONDE IL DOTT. Anna Barracco

Gentile Rosy,

ho letto con attenzione la Sua mail e mi ha lasciato un profondo senso di dolore. Si percepisce proprio la sua disperazione, e quello che più mi colpisce è una specie di consapevolezza, una certezza che non ci sia nulla da fare, che è lei ad essere cattiva, inutile, e che se si togliesse di mezzo sarebbe forse tutto più semplice per tutti.

Sono pensieri che purtroppo a volte si fanno strada in molti di noi. Questo è poi un momento molto difficile per molte persone, sia per motivi economici, sia per le incertezze e il disorientamento che la nostra epoca comporta.

Una separazione non voluta, quando ci sono di mezzo poi dei bambini, è un dramma per la coppia, e spesso uno dei due soggetti, quello più fragile, quello che si trova a subire la separazione, può vivere sentimenti di profondo fallimento che vanno a minare in modo radicale l'equilibrio psichico.

E' importante però cercare di ricostruire una base solida su cui costruire altri pensieri, dal momento che questi pensieri qui, non possono che portarla in un vicolo cieco, senza via d'uscita, e d'altra parte se Lei ha scritto questa lettera è perché ancora da qualche parte è disposta a chiedere aiuto, per risollevarsi.

Potrebbe cercare di raccontarmi, intanto, com'è andata la separazione? Come si è poi sviluppata la Sua nuova relazione? Come si svolge oggi nel quotidiano la Sua vita? In che senso il Suo psicologo non riesce trovare il modo di sostenerla? Perché la malattia di suo figlio è diventata per lei un ostacolo insormontabile?

Un suicidio forse oggi le appare anche una soluzione accettabile, dato che forse la farebbe uscire dal dolore e dall'angoscia, ma credo che implicherebbe una sofferenza immensa per i suoi figli e per le persone che Le sono vicine. E' sbagliato pensare che il nostro "toglierci di mezzo" e uscire di scena, aiuti e risolva dei problemi. Uscendo di scena noi semplicemente ci precludiamo la possibilità di vivere ancora momenti di felicità e soddisfazione, anche piccoli, che la vita sempre ha in serbo per tutti.

Mi rendo conto che questi pensieri sono molto comprensibili e in certi momenti purtroppo ci sembra che la soluzione di toglierci di mezzo sia l'unica possibile. Ma non è vero. E' una convinzione dettata dalla stanchezza, dalla solitudine, dalla disperazione. Se Lei si farà aiutare, vedrà che fra qualche tempo prenderà le distanze da questo stato d'animo e sarà contenta di aver superato un momento difficile.

Con molta cordialità.

Anna Barracco