

## LA MAIL

**Mail di:** Maria

**Oggetto:** DISTACCO DALLA VITA

**Data pubblicazione:** 24 maggio 2010

Salve sono Maria ho 23 anni e vivo a Milano, è da qualche anno che qualcosa non va, la mia vita mi sembra inutile, non faccio altro che alzarmi la mattina e aspettare la sera per poter tornare a dormire e ogni sera spero di non svegliarmi il giorno dopo. Ogni mattina mi viene il panico inizio a sudare e spesso mi metto a piangere. Non so cosa fare, all'università non vado bene, quasi non la frequento più, perché difficilmente esco di casa, ne ho voglia ma non ci riesco, è come se tutto fosse pesante, troppo pesante e io mi sento vuota, ho degli amici e con loro sto bene ma solo mentre stiamo insieme, subito dopo la pesantezza mi assale. Non faccio che sperare che mi succeda qualcosa così che tutto finisca ma nulla. Spero addirittura di ammalarmi per poter pensare ad altro o non pensare affatto. In casa di queste cose non ne ho mai parlato, non saprei come fare, anche perché ci sono già abbastanza problemi: non ho un buon rapporto con mio padre, mia madre si sente schiacciata da mio padre e i suoi problemi e dalla bambina che mio padre ha voluto adottare anni fa, con la quale nessuno di noi ha un buon rapporto (in realtà neppure mio padre) e che si è poi scoperto essere ammalata e tutto ricade su mia madre, mia sorella anche lei è giù di morale e resta il più possibile fuori di casa. A volte spero di avere un bambino, cosa difficile visto che non ho mai avuto nessuno che si interessasse a me in quel modo. Ho il terrore di andare avanti e restare da sola e di non sapere come vivere, non so cosa fare. Ho pensato al suicidio, ma poi ho pensato come sarebbe per mia mamma e mia sorella. Ho bisogno che qualcosa cambi, ho pensato di andare in un consultorio familiare, ma tutto ciò che penso non riesco a farlo, come se non riuscissi a muovermi e a parlare, forse non ne ho il coraggio.

È la prima volta che cerco aiuto

Spero di ricevere presto una risposta. Saluto e ringrazio

Maria

## RISPONDE IL DOTT. LUCA MAZZOTTA

Cara Maria,

la sua situazione è davvero molto dolorosa e pesante da sostenere. Comprendo il suo stato d'animo e credo che davvero per lei sia diventato tutto molto difficile. Quello che più mi ha colpito della sua lettera è la sensazione di profonda solitudine che le sue parole mi hanno trasmesso. Non deve essere facile. Così come non deve essere stato affatto facile per lei chiedere aiuto. C'è qualcosa, che al momento non conosciamo, che la tiene lontano dal rivolgersi a qualcuno.

Ma una parte di lei, nonostante la grande sofferenza ed i timori, ha avuto l'enorme capacità di farlo, scrivendoci questa mail. Come vede, seppur dopo molto tempo, ha ricevuto una risposta. Io spero che quella sua parte, che tanto coraggio e forza ha dimostrato nel chiedere aiuto, riprenda in mano la sua vita, portandola a ricontattare il nostro Centro, per valutare insieme come poter iniziare un percorso di aiuto in cui lei possa non sentirsi più così sola e grazie al quale possa riappropriarsi di quei tanti aspetti di sé che ora sente perduti.

Spero di risentirla

Dott. Luca Mazzotta