

La salute mentale è un orga-
mento che ancora oggi è
trattato con troppa leggerezza.
Ma ci sono dolori silenziosi
che gridano molto più di
una ferita aperta. Soprattutto
tra i giovani, c'è un
timore di salute mentale
dei propri disagi, quasi
sempre per paura di essere
giudicati, di essere etichet-
tati come "deboli", "strani"
o di sentirsi dire che vogli-
amo solo ottenere l'attenzione
e un illecito riconoscimento
solo essere ascoltati e coperti.
Il disturbo di personalità
"borderline" è uno di questi,
è qualcosa che condiziona
tutto la vita di chi ne soffre.
Ti costringe, ti fa vivere
ogni giorno come se stessi
affrontando la battaglia più
difficile della tua vita con
te stesso. È un buco nero
che ti si forma dentro l'an-
ima, una voce continua che
ti costringe tutto il
tempo, ti confonde, ti trasforma,
ti urla, preleva amore e po-

Corrifuto. Le emozioni si
intrecciano come delle spine,
i neuroni vanno a mille, e
quel vuoto un vuoto immenso,
di cui però non trovi le
cause, e che cerchi sempre
di riempire in tutti i modi.
Il borderline è vivere al
limite in tutto c'è il bisogno
disperato di essere amati
e allo stesso tempo la costante
paura di essere abbandonati.
Non ci sono mezze misure,
o è tutto, o è niente. Penso
che se qualcuno potesse
aprirsi la testa e guardarsi
ci dentro, capirebbe perché
il caos che ci troverebbe sareb-
be troppo difficile da capire.
Chi soffre di questo disturbo
vive le relazioni con un fuoco
così intenso da bruciare.
Amiamo come se fosse una
questione di vita o di morte
e quando qualcosa non va
come ci aspettiamo, se l'altro
si distrae, cambia tono, o fa
un passo indietro, per noi è
già una tragedia, e il rischio
di essere in gioco lo

nostro glorio, ossessivo e pos
sessivo. Amore con il disturbo
borderline è come tenere un
uccello tra le mani, ma
stringerlo talmente tanto
che finisci per soffocarlo,
oppure se lo lasci andare,
voli via anche te insieme a
lui. È come una droga,
quando quella persona va via
crolli, come se ti avessero
strappato il cuore, e allora
inizi a cadere sempre di più,
torni alle tue vecchie abitudini,
nelle come per esempio, per
molti fumare e bere, per
me è un rifugio dai miei
pensieri, è un silenzio che
per un momento mi permette
di respirare. Quando fumo
non penso, non piango e
per un momento, tutta la
tempesta che ho dentro si
mette in pausa, ma questa
pausa dura poco, e quando
passa, tutto torna più forte
di prima, l'ansia, i pensieri,
il senso di colpa, è come mettere
un cerotto su una ferita aperta
che continua a sanguinare, e

quando lo tagli, lo amore più continuo e amore la chiove, e
male. La compassione mi ha tolto spessore quella co bene che
Cucidito, l'energia, mi ha reso non mi permettono di essere
ancora più vuoto e fragile, perché so che dentro di me
eppure continuo a cercarlo, c'è una luce che deve ancora
anche quando mi distruggo, spiccare.
Lo vorrei e che non so stare
solo, ma allo stesso tempo
che riesco a essere e stare
con qualcuno senza fargli del
male, ed è questo il dramma;
cerchiamo l'amore come se
fosse l'unica cosa che può
salvarci, ma siamo talmente
ricchi di rabbia, paura, dolore
e insicurezza che finiamo
per rovinare tutto. Per
me ogni notte è la fine,
non riesco a pensare
"passerà", ma soltanto che
non riuscirò più a vivere,
che sto così male per sempre
e mi sento piccolo, inutile, mi
odio e odio di sé, me è esodo.
Nonostante tutto però, io apro
a guorire, vado in terapia, cerco
di coprire di non fumare, di
pensare pieno di dolore o
agire. Il borderline è come un
prigioniero senza le sbarre, ma

Elena Gennari T. CSU

"La ricerca della luce nel
fosco del mio cor"