

Ecco la mia storia

Prima di scrivere premetto che non è semplice parlare di un argomento come questo senza cadere nello scontato o nel banale, ma qualcosa proverò a dire.

La mia esperienza al centro penso sia stata fondamentale da tanti punti di vista.

Per quanto riguarda il miglioramento e la guarigione ma una crescita di me stessa come persona.

Quello che ho vissuto ha forse i caratteri generali di una cosa che tante altre ragazze hanno vissuto , ma con sfumature diverse..

Tuttora non so come questo sia iniziato, come mi sia ritrovata a chiedere aiuto per una cosa del genere, come sia stato possibile arrivare fino a qui, quali siano le cause .. E tanto meno le conseguenze mi sono del tutto chiare.

So solo che un giorno ho aperto un pochino gli occhi e ho capito che così non poteva andare.

Non bastava vomitare o non mangiare proprio per essere felice, per raggiungere ciò che volevo, al contrario piano piano la malattia rischiava di annullare il mio essere una persona come tutti gli altri.

Erano solo piccole soddisfazioni, ogni volta che facevo mancare qualcosa al mio corpo sentivo dentro una vittoria, che però svaniva presto e il più delle volte era la sofferenza a farmene rendere conto .

Io non so bene cosa sia scattato nella mia testa che abbia fatto succedere quello che è successo, di conseguenza non sono chiare quali fossero le "soddisfazioni" che mi portavano a fare quello che facevo, ma qualcosa non andava, altrimenti non sarei mai capitata in una realtà così.

Il primo passo è stato proprio chiedere aiuto, entrare nel centro e accettare questa sfida: arrivare ad essere felice con me stessa, e il corpo è parte di noi.

Appena entrata il timore di essere etichettata come "un'altra" era forte, pensare "dentro un'altra e si comincia" come se la solfa fosse sempre la stessa. Certo era un'etichetta che sarei stata disposta ad accettare visto che l'aiuto era ciò che avevo chiesto.

Ma questo non si è mai verificato

Ho sempre trovato un sostegno fortissimo, nessuno che si sia mai arreso di fronte ad una difficoltà o ad un ostacolo , sempre pronti a tutto per provare a dare il meglio!

Certo è una lotta che può essere affrontata solo se anche dall'altra parte , ovvero da noi per prime , nasce la volontà di un successo. Per quanto riguarda la mia storia , che non ha nulla di speciale o di particolare , il sostegno e l'appoggio che ho trovato qui è stato indispensabile. Avere vicino persone che sanno quello che dicono e perché lo dicono è fondamentale per riuscire a cancellare i pensieri che inondano la nostra testa matta.

Tra gli alti e bassi che ci sono stati, ho imparato alcune cose che mi rimarranno sempre presenti insieme al ricordo di quello che è stato.

Una di queste è la forza che si può trovare nelle persone che ci circondano, la gioia che sono in grado di trasmetterci e la premura che sanno dimostrarci. Possono anche essere la causa principale di alcuni mali, e uno di questi potrebbe essere il disturbo stesso.. È facile che ci si cada per una frase detta male, un insulto ricevuto, un gesto subito, una storia senza lieto fine o infelice.. Ma le persone sanno trasmetterti il bene che provano e va solo cercato fino in fondo, cercato nelle persone che sono in grado di dartelo. Ma c'è , è lì.

La famiglia nel mio caso è stata fondamentale , a partire dalla scoperta di una persona che mai mi sarei aspettata di sentire così vicino.

Non ci parlavamo nemmeno , era silenzioso nel suo mondo, preoccupato di tutto quello che affliggeva lui e la sua vita , poi all'improvviso si è fatto avanti, preoccupato per quello che stava succedendo, l'unico a notare che era una sofferenza quella che stavo vivendo .. A persone così non si sa mai cosa dire per ringraziarle di certi gesti ..

In casa non si riuscirebbero nemmeno a contare le litigate che si sono fatte, le offese che sono volate, le lacrime , le preoccupazioni, le paure, le ansie , i pensieri ... Ma senza di quelle non avrei mai aperto gli occhi su cosa stesse realmente accadendo.

Un altro passaggio riguardo la famiglia è stato una sorta di allontanamento dal nido..

Non dimenticherò mai quando mi dissero che per guarire , nel mio caso, era necessario anche uscire dalle mura ovattate della casa , affrontare la realtà del mondo fuori e trovare la forza per affrontarla. Certo avere tutto sotto controllo in casa era facile, una bilancia in cucina, una in bagno e tutto dipendeva da come volessi io che andassero le cose.. Ma quello non è una realtà veritiera. Era una cosa da abbandonare per scoprire la realtà a tutto tondo!

Mi stavo stancando di quella monotonia, tutti i giorni erano uguali, a tavola e nei miei riti che avevo costruito: mattina, colazione, scuola, freddo, corriera, freddo, casa, pranzo, bilancia, studio, freddo, doccia, freddo, cena, letto. Le forze c'erano sì e no per fare queste tre cose in croce .. Avevo voglia di qualcosa di nuovo, di provare emozioni che fossero più forti della paura, che fossero adatte ad una ragazza della mia età!

Parlarne adesso sembra tanto facile ma è stata una lotta senza fine , e in realtà non penso ci sarà una vera e propria fine .. Nel mio caso continuo tuttora a pensare alla passeggiata da fare dopo la merenda, alla bilancia in bagno e a quello che frulla nella testa .. Ma tutto è diverso , gli occhi sono aperti, la voglia di vivere è tanta e non vale la pena buttarla via così , adesso anche se i pensieri si concentrano sull'attività da fare non è più per annullare me stessa ma per sentire di stare bene, è unica la gioia di poter tornare a correre, e avere la forza per farlo, ma non per "rimediare" a qualcosa, solo per stare bene e sentirsi davvero una persona come le altre, che potrebbero fare di tutto se lo volessero! Ora è quella la soddisfazione che ha rimpiazzato le paranoie e le ansie, che ha rimpiazzato la soddisfazione di togliere dieci grammi dal piatto di pasta.

Tutto nella testa è una lotta continua, sono pensieri che non si possono annullare con uno schiocco di dita, ma adesso hanno una forma diversa..

Rileggendo quello che ho scritto qualche giorno dopo, mi rendo conto che i momenti difficile tornano ancora sempre più spesso, è difficile guarire da una cosa del genere , smettere di ascoltare quello che la testa ci dice, è facile invece raccontarsi che va tutto bene e nulla sta succedendo .. In un certo senso penso che continuerò sempre a ragionare in questa dimensione , non posso raccontarmela così tanto fingendo che vada tutto bene..

Ma le cose adesso hanno qualcosa di diverso, la malattia non è in primo piano, ci sono tante cose che mi permettono di metterla in ombra, che sia facile o difficile c'è da vedere .. Ma intanto non è più ciò che annulla la mia persona!