

La speranza

La speranza per me è motivo di guarigione.

Sono una delle persone che hanno problemi psichici e vorrei dapprima tracciare un percorso di quel che oggi, mi risulta essere una malattia.

All'età di vent'anni ho iniziato ad accusare disturbi: sul lavoro diventavo aggressivo nei confronti delle persone che mi stavano più vicino (genitori e fratello) senza motivo.

Sono sempre stato un tipo introverso rispetto ai miei amici, timido, di poche parole ed ho sempre avuto difficoltà nel comunicare con altre persone, compreso con le ragazze.

Altri sintomi come la difficoltà di concentrazione, poca memoria e insonnia, mi hanno portato da un amico psicoterapeuta ed ho iniziato con le mie prime sedute e l'approccio con i farmaci che mi aiutavano ad allontanare pensieri che mi affollavano la mente, senza ragione.

Da qui mi sono sempre più avvicinato a questo mondo, la malattia mentale. Ho conosciuto tante persone che se ne fanno una ragione di vita, sempre pronte a dare un sostegno, specialmente in momenti difficili, nei quali non si capisce bene come comportarsi.

Dottori, psichiatri, psicologi, educatori, volontari, strutture psichiatriche che cercano in ogni momento di spronare la persona interessata a reagire, a comportarsi in una maniera diversa ed a tracciare quel che potrebbe essere il miglior percorso di vita col giusto equilibrio.

Su questo ho notato nel tempo che i farmaci aiutano, ma più che altro da queste innumerevoli sedute escono delle parole, semplici parole, che se scambiate nel modo giusto, risultano essere la cura migliore.

L'accostarmi a persone che stanno peggio di me, ancora oggi è motivo di comprensione, di cercar di capire perché non ci comportiamo come "persone normali", da qui ne esce una diversità che ci allontana da quel che è la normalità.

Ho avuto vari ricoveri in ospedale ed anche queste sono state esperienze che vorrei dimenticare, ma fanno parte della mia vita e in qualche modo me ne faccio una ragione. Oltretutto ci può essere la perdita del lavoro che non si riesce a mantenere e qui la dignità della persona viene un po' compromessa.

In certi momenti la speranza sembra essere un miraggio, è come essere in un deserto.

Oggi mi ritrovo ad avere una patologia grave e la speranza dapprima miraggio diventa sempre più fondamentale per andare avanti. Pur essendo pessimisti bisogna cogliere il lato positivo di ogni cosa, dalla più semplice alla più difficile.

La speranza è raggiungere una propria autonomia nonostante il sostegno di queste persone sempre presenti in caso di bisogno.

La speranza può diventare un ideale da raggiungere anche se con fatica, il cercare di non arrendersi ad un mondo che si scosta un po' troppo dalla realtà e da cui a volte non c'è ritorno.

Ho imparato dalla malattia che non tutto il male viene per nuocere, da qui la speranza gioca un ruolo molto importante.

Non è facile mantenere la speranza in situazioni difficili, quali sono una crisi depressiva che ti porta ad una chiusura totale col mondo esterno, ad un isolamento che ti impedisce il semplice contatto con la gente, un semplice scambio di parole diventa impossibile; sempre preso da pensieri indescrivibili a "chi non fa parte del settore".

Ci sono anche momenti di delirio, quando ci si stacca da quel che è il mondo reale e ci si abbandona ad un mondo sconosciuto, magico come se così d'incanto il mondo diventasse fantastico, dove ci si sente indistruttibili, sembra di stare in paradiso fino al punto che un bel giorno ti svegli e ti rendi conto che quel mondo irreali non esiste più.

Vieni a perdere tutte quelle strane forze maligne o benigne e ti senti come uno straccio. Ecco qui ci vuole speranza!!! Affinché questo stato di essere non ritorni più.

La speranza fa parte del dottore, che ti cura usando certe tecniche che, a dire il vero, non ho ancora capito bene di cosa si tratti, a distanza di tempo; ti dice anche che non fa miracoli, non ha la bacchetta magica, ma vedrai che ce la facciamo.

Questa speranza viene trasmessa al paziente ed ha una durata che varia a seconda dei casi più o meno complicati. Perché la speranza duri ci vogliono farmaci, una terapia, che dicono essere molto importante ed anche il fatto di non mancare agli appuntamenti fissati in un tempo non ben determinato.

Per il paziente questo appuntamento è molto importante e quando si è lì davanti al dottore, lì c'è speranza, lì c'è cura, fatta di scambi di parole, lì ci si affida e le mani esperte del dottore che pur restando fermo, cerca di risolvere un qualcosa che non tocca con mano, fatto di pensieri, di esperienze di vita ormai passate o che si stanno vivendo al momento; cercando di dare il giusto consiglio, portando un po' di ordine nella nostra testa tanto confusa.

La speranza è un po' tutto questo, metter per iscritto quel che è la tua vita e sentirti meglio, cercare sempre quello spiraglio di luce che esiste in noi, anche se a volte serve proprio una brava educatrice che ti inviti a farlo!