

Mi sono separata legalmente nel 1999 ma già il coniuge era uscito di casa nel 1998.

Sono divorziata dal 2003. Ho un compagno dal 2015. Ho trascorso 16 anni sola passando dalla solitudine negativa durata 11 anni, annientatrice, ad una solitudine positiva dal 2010, rigeneratrice.

Gli 11 anni sono stati durissimi. Ho attraversato sofferenza, rabbia, sgomento, delusione, indifferenza, derisione, sono stata sull'orlo di un precipizio da cui non riuscivo a intravedere soluzioni, mai una fine, mai un inizio. Dentro me c'era la distruzione totale, un cumulo di macerie provocato da un'implosione devastante: la fine di un amore con il conseguente fallimento del matrimonio. Ero rimasta da sola, ero sola.

Dovevo occuparmi di me stessa e di mia figlia e la fatica era sempre doppia, tripla, immane. Avevo un lavoro che mi obbligava ad uscire ma, una volta rincasata, non riuscivo a combinare nulla se non a sedermi per terra, dove capitava, e rimanere fino al mattino successivo tra lacrime che non finivano e un paio d'ore di sonno a notte per sfinimento. Nella solitudine il dolore non cessava, anzi cresceva poiché il dolore lacera corpo e anima, diventa profondo, diventa viscerale. Era devastante, una stanchezza infinita, niente era più normale. L'insicurezza e l'angoscia avevano il sopravvento e sempre una sola domanda in testa: perché. Non capivo più chi fossi: morivo ogni volta che perdevo la mia dignità di donna quando parole e atteggiamenti dal coniuge mi annullavano come persona.

Alla solitudine personale si univa la solitudine gratuita dall'esterno: da chi conoscevo e da chi sapeva della mia situazione...amici e parenti...non ho mai avuto una parola, un gesto di comprensione anche da chi, come me poiché non ho mai smesso, frequentava l'ambiente chiesa.

In tutto questo avevo l'appoggio di una psicoterapeuta, di un sacerdote e di 4 amici.

Sono tornata a vivere quando ho detto...basta...poiché il coniuge non valeva più di me in quanto essere umano, non poteva più esercitare il suo volere come un potere.

Sono tornata a vivere quando ho ricominciato da me stessa poiché anch'io valgo per ciò che sono e per il bagaglio che mi porto appresso.

Ho attraversato la mia sofferenza fino in fondo e ho conosciuto il suo fondo, assumendo tutte le mie responsabilità, superando le mie colpe, riacquistando la mia dignità, rompendo la mia corazza e imparando a chiedere aiuto.

Già ero sulla buona strada e iniziando a frequentare "Oltre" nel 2010 (e poi per 7 anni), l'argomento di quell'anno calzava a pennello...Ricomincio Da Me...era il titolo, ho riscoperto la me stessa che si era ritirata fino a nascondersi mettendo a fuoco i valori che mi avevano sempre caratterizzata. Da un automa costretta a sopravvivere son tornata ad essere una persona libera di vivere e, al riaccostamento alla preghiera, ho sradicato in me condizionamenti interni ed esterni e ho iniziato a frequentare la quotidianità con uno sguardo nuovo dando alla vita il suo giusto significato.

Ciò che è stato non è svanito, il dolore in profondità non si cancella, s'impara a gestire nel tempo e la ferita si rimargina. Quel mio dolore non può essere di nessun altro. E' il mio atteggiamento verso di esso ad essere cambiato da tempo perché sono cambiata io. Non ho permesso alla sofferenza di uccidermi, questa è la mia vittoria, l'ho impiegata per essere una persona migliore. Ho trovato dentro me una forza che non ricordavo di avere e avanti.

Sono libera perché ho perdonato me stessa e l'amore che dona senza pretese, che volge al bene il male ricevuto, che accoglie, accompagna, ascolta, ama è l'amore che anche perdona. [MLP]