



Vite da buttare

30 maggio 2012



Vite da buttare. Lettere al Direttore (letterealdirettore.it)

Buongiorno, penso che il suicidio sia una cosa buona, in un certo senso. Da tre anni, ci sto pensando, e ho già fatto quattro tentativi. Per me, la morte rassomiglia a un riposo, perché come lo dice un autore francese, vivere, è soffrire. Io di fronte alle difficoltà della vita, non posso sopravvivere. Il contesto in cui vivo...la mia sensibilità estrema fanno di me un punching-ball, e siccome sono molto riservato, soffro dentro di me senza esprimerlo. Un giorno, a furia di tentativi, riuscirò a finirla. Per adesso...mi accontento di pensarci, ma sta settimana, ho ancora fatto un tentativo e non sarà l'ultimo. Ho cercato di discutere con molte persone, che per finire mi hanno abbandonato perché per me, una soluzione non c'era. Ero deciso a finirla e a rimanere sordo riguardo a ogni via d'uscita. In realtà no, ma è troppo complicato da spiegare. In ogni caso, non voglio più vivere, e trovo normale che la morte diventi un rifugio per chi non vuole più sperare.

È da un po' di tempo che le cose non mi vanno molto bene nel lavoro come nella vita privata e sto pensando sempre al suicidio, anche se penso che la vita è troppo bella per farla finita, ma certe volte le cose vanno sempre di male in peggio, allora non dormi la notte, non sai come pagare e pensi in una via più breve per non affrontare tutta questa me... da che ti arriva fino al collo. Ma se poi non c'è niente dopo la morte, vabbè prima o dopo dobbiamo morire tutti quindi è una risposta che avremo con il passo del tempo e allora si farà buio per l'eternità, e quindi a cosa è servito vivere una vita di cacca per poi non andare da nessuna parte? Un saluto a tutti.

Ciao, un faraone.

***Ma per qualcuno sei il mondo.** Questa è una frase tanto bella, che tanti usano. Ma io non ne sono così entusiasta quando la leggo. Credo che non sia affatto così. Credo che spesso ci sia chi non è nessuno e punto. E sì, sei sempre tu, sei sempre importante per la tua famiglia, ... Ma quello è detto agape, amore incondizionato... è scontato. L'amore del genere da altri secondo me difficilmente arriva. Penso che ci sia chi invisibile nasce, e invisibile resta. Voi cosa ne pensate?*

Buona sera vi scrivo in quanto avrei bisogno di risposte... o quanto meno uno sfogo... Ormai sono 2 mesi che mi ha lasciato e mi sento solo.. mi manca il suo viso e le sue parole e le sue carezze... Una convivenza di due anni e mezzo con tantissimi ricordi e adesso sto affrontando un mondo diverso... duro e spietato che sarà la mia impressio-

ne ma gode nel veder soffrire... Ho trovato una vita diversa... e che non mi piaceva prima e tanto meno adesso... Amici... dove sono! quelli lasciati per lavoro e amore sono svaniti... Ho trovato tanta freddezza che mi rende difficile ambientarmi.. Solitudine... e si solitudine... mi faccio forza ogni giorno cercando di affrontare la vita sperando che tutto questo finisca presto... ma è dura... Ragazzi aiuto... L'amore! può far questo..

Mi sento svuotata. Non c'è limite al peggio. Oggi dopo due settimane scopro ancora cose che mi fanno morire. Ma io mi chiedo, ma voi uomini come fate a fare così tanto male alle donne che vi amano? Ma con che coraggio usate tutta questa strafottenza... E poi dite anche ti amo. Ma se ci amate come riuscite a fare certe cose? Vi giuro, sono a pezzi. Non ho parole. Non voglio più innamorarmi di nessuno perché oggi giorno gli uomini mi fanno tutti schifo. Ma è possibile che io non possa trovare una brava persona? Non esistono. Ogni ricordo mi fa mancare l'aria. A questo punto non me ne frega più niente della vita. Basta mi sono stufata. Non trovo lavoro da anni, sono sola, sono stata presa in giro per tre anni da un uomo a cui ho dato la vita, ma che cavolo sto al mondo a fare? Sono inutile e disperata. Si può essere più vuoti? Ma perché il mondo va a rotoli? Ma perché dovevo nascere proprio in questo periodo dove tutto fa schifo. Dove non ci sono valori, dove tutti la mettono in quel posto a chiunque. Dove non esiste collaborazione. L'Italia è allo sfascio. Tutto il mondo lo è. Le persone sono pazze, sempre più malate mentalmente, sempre più cattive. Voglio andarmene. Ho 22 anni e sono già stufa di vivere.

Ciao,

ho 34 anni, sto attraversando la notte più lunga della mia vita dopo 5 anni ... la mia storia d'amore ha avuto fine non per mia volontà, per me lei era tutto... sono passati 5 mesi ma non riesco proprio a farmene una ragione. Era un caldo pomeriggio di metà luglio quando mi ha confidato che da quando si era iniziato a parlare di matrimonio in lei qualche cosa era iniziato a cambiare, il nostro rapporto andava esaurendosi. Da quel giorno in poi è sparita nel modo più assoluto dalla mia vita, è diventata un ectoplasma, io da buon cretino che si rispetti l'ho sempre cercata sperando in suo ripensamento, in un suo chiarimento ma la risposta a tutto è stata silenzio totale... la cosa più agghiacciante è stata la sua indifferenza e il suo egoismo che l'ha spinto a chiedermi prima di partire per le vacanze estive le sue cose. Avevamo programmato una settimana insieme in Egitto ma il giorno prima di prenotare si è inventata una scusa dicendo che lei era impossibilitata a partire per problemi di salute... e intanto dopo ben 20 giorni dalla confessione lei è **scappata** con nuovi amici? Verso non specificate mete tropicali e statunitensi tra l'omertà generale dei suoi familiari... ed io dopo ben 5 anni non ho capito quello che mi stava succedendo attorno! Questa persona da me ha avuto tutto nel vero senso della parola... le sono stato sempre vicino io e la mia famiglia in tutto e per tutto e i miei comportamenti, il mio affetto, il mio amore è stato ricambiato con tutto ciò, con un semplice grazie e arrivederci? **Ma cos'è l'amore allora? Io pur-**

troppo non ci credo più! Ed io sto passando giorni e mesi d'inferno avvolto nella mia solitudine che mi sta **annientando** come uomo... mi sento triste, svuotato, umiliato, incazzato nero... è mai possibile che un essere umano sia così cattivo e spietato da girarti repentinamente le spalle, fottendosene della tua vita, del tuo lavoro, dei tuoi affetti più cari... lasciandoti nei casini dove ti ha gettato... è troppo bello vivere così... quando il giocattolo si rompe te ne compri subito uno nuovo. Scusatemi per lo sfogo **ma chi ama non dimentica... mai!**

Imprenditore tenta il suicidio ed è salvato dalla figlia 15enne

Repubblica.it - 7 maggio 2012

Poche parole, solo per dire **che sta meglio. E speriamo che tornerà a casa presto.** A dirlo, ancora commossa dalla tragedia sfiorata, chiudendo il cancello di casa, è una parente appena tornata dall'ospedale di Lecco dove l'uomo si trova ricoverato dopo aver tentato di impiccarsi ed essere stato salvato dalla figlia. Una tragedia sfiorata, quella avvenuta a Calolziocorte, una frazione di Lecco, evitata grazie al coraggio e alla forza d'animo di una ragazzina di 15 anni che quando ha visto il padre impiccato, lo ha sostenuto fino a quando la moglie non è arrivata, attirata dalle urla, ed è riuscita a soccorrerlo. Una vicenda finita meglio di molte, troppe altre, ultimamente, che ancora una volta vede al centro un debito e una cartella esattoriale. E che se dal punto di vista fisico non ha comportato gravi conseguenze, da quello psicologico e ovviamente ancora tutta da valutare.

L'uomo, 44 anni, trasportatore ed ex gestore di una pizzeria, non è mai stato in pericolo di vita, ma rimarrà in osservazione in ospedale alcuni giorni per le valutazioni cliniche dal punto di vista psichiatrico. La palazzina nel cui giardino ha tentato di togliersi la vita stringendosi un cavo elettrico intorno al collo, dopo averlo passato sul ramo di un albero, sorge su un ampio terreno in cui vivono tre famiglie, in via Cavour, nella frazione di Pascolo, a pochi passi dall'Adda. In una di queste palazzine, di tre piani, vive l'uomo che svolge la sua attività di trasportatore. "**Non lo vediamo quasi mai** - dicono i vicini - **proprio perché è spesso via per lavoro**". Nessuno quindi immaginava una storia simile (un debito tra i 150 e i 200mila euro) perché le insolvenze si sono trascinate negli anni e riguardano la precedente attività, quella della pizzeria, attigua alla casa, che oggi ha cambiato nome e gestione.

Scampia, ispettore sanitario si uccide nella Asl dove lavorava

Un ispettore sanitario di 50 anni si è ucciso stamane, sparandosi un colpo con la pistola di servizio, nei locali del distretto 48 della Asl Napoli 1, nel quartiere Scampia, dove lavorava. Ha lasciato un biglietto con il numero di cellulare del figlio. Si chiamava Michele Varriale e lavorava come vigile sanitario da 17 anni a Scampia, l'uomo che stamani si è tolto la vita sparandosi con la pistola d'ordinanza, con un colpo in bocca sul posto di lavoro. Ancora non si conoscono i motivi del gesto, ma la polizia sembra escludere che avesse problemi economici. Il proiettile ha trapassato la parete della

stanza del sesto piano, andandosi a conficcare nel muro di un altro ambiente e, solo per poco, non ha colpito un'infermiera che si trovava lì. E' stata lei a ritrovare il cadavere dell'uomo in una pozza di sangue. Varriale, 50 anni, ha lasciato un bigliettino nel quale, però, non sono spiegate le ragioni del suo gesto, ma solo la richiesta di avvisare il figlio del quale ha scritto il numero di cellulare. Allertati dalle forze dell'ordine, la moglie e i figli sono arrivati sul posto, ma hanno preferito non rilasciare dichiarazioni. Ad alcuni colleghi, però, la moglie ha raccontato che l'uomo non aveva l'abitudine di portare con sé la pistola, cosa che, invece, ha fatto questa mattina. Chi stamattina l'ha incontrato, ha descritto Varriale sereno come gli altri giorni. Poi una telefonata e, intorno alle 10, l'uomo si è tolto la vita.

Se stai pensando al suicidio (befrienders.org)

L'uomo è nato con la capacità di togliersi la vita. Ogni anno nel mondo un milione di persone compie questa scelta. Anche nelle società dove il suicidio è illegale o tabù, le persone si uccidono comunque. A molte persone che considerano il suicidio sembra di non avere altra via d'uscita. La morte rappresenta il loro intero mondo in quel momento e la forza dei loro impulsi suicidi non va sottovalutata - essi sono reali, potenti e immediati. Non esistono cure miracolose. Ma è pure vero che:

- il suicidio è spesso una soluzione **permanente** ad un problema **temporaneo**.
- Quando siamo depressi, tendiamo a vedere le cose dalla prospettiva piuttosto angusta del momento presente. Una settimana o un mese dopo, le cose potrebbero sembrare completamente differenti.
- La maggior parte delle persone che a un certo punto hanno pensato di suicidarsi, ora sono contente di vivere. Dicono che non intendevano porre fine alla loro vita, ma che volevano solamente far smettere il dolore.
- Il passo più importante è parlarne con qualcuno. Le persone che hanno propositi suicidi non devono cercare di farcela da soli. Devono cercare aiuto **subito**.
- Parlarne in famiglia o con amici. Anche solo parlarne a un parente, un amico o un collega può dare enorme conforto.
- Parlarne con volontario di un centro di assistenza. Alcune persone non riescono a parlarne con familiari o amici. Alcuni trovano più facile parlarne con uno sconosciuto. Vi sono centri di assistenza in tutto il mondo, con volontari che sono stati addestrati ad ascoltare.
- Parlarne con un dottore. Se si sta attraversando un lungo periodo in cui si sente giù o si pensa al suicidio, è possibile che si soffra di depressione clinica. Questo è un problema medico causato da uno squilibrio chimico che può essere curato da un medico con opportune terapie.

Il suicidio. [Roberto Cavaliere, iltuopsicologo.it](http://RobertoCavaliere.it)

La notizia di un suicidio lascia sempre un senso di smarrimento in chi la riceve. E la domanda spontanea che ci si pone è Perché? Innanzitutto va detto che solo in pochi casi la persona che si suicida lo decide in maniera repentina ed improvvisa. Ciò avviene

solo in persone che hanno un grave disturbo psichiatrico (ad esempio depressione) o si trovano ad affrontare situazioni di vita che ritengono estreme e insopportabili (ad esempio un'improvvisa carcerazione). Il più delle volte il suicidio è la conclusione di un vissuto interiore personale, doloroso e dilaniante, in cui frequenti sono i dubbi sul porre in essere o meno il suicidio. In un primo momento la persona che soffre comincia a prendere in considerazione l'idea di suicidarsi, non in maniera veramente intenzionale, ma come una possibile soluzione ai propri problemi e al proprio dolore. Il suicidio viene visto come un'ultima via di fuga da percorrere nel caso che gli eventi e la propria situazione precipitasse. Ciò dà la possibilità d'iniziare ad immaginare la propria morte in maniera positiva. Non si ha più paura di essa, ma la si vede come *un'amica* che ci darà conforto e sollievo. A volte si prendono anche ad esempio suicidi celebri, che hanno rivestito un alone romantico nell'immaginario collettivo. Non da ultimo ci s'immagina come le persone a noi più care e vicine vivranno la nostra morte.

Successivamente, quella che è un'idea di suicidio incomincia a prendere le sembianze di una vera e propria intenzione di porre termine alla propria esistenza. Si valutano pro e contro della scelta finale ci si trova a combattere contro sentimenti opposti, fra la voglia di vivere e quella di morire, fra disperazione e speranza. Ciò viene particolarmente vissuto dalla persona che soffre di depressione. Infine, viene presa la decisione di suicidarsi. Spesso, però, anche se si è decisi e determinati, succede che all'ultimo momento l'istinto di sopravvivenza prevale e si ritorna indietro sulla propria decisione.

Motivazioni del suicidio

Scelta esistenziale. Taluni non riescono più a trovare un senso alla propria vita, non provano più desideri o emozioni. Hanno una vita normale ma dietro c'è una profonda insoddisfazione. Non credono più in niente e in nessuno, non provano più amore.

Reazione. Si reagisce a una situazione ritenuta disperata per un trauma, una delusione professionale o personale. Importante non è tanto l'evento in sé, ma il significato che questo assume per la persona. Quello che può apparire un piccolo insuccesso, può invece avere un effetto devastante sull'autostima.

Vendetta. Non ci si sente amati e considerati. Il suicidio diventa il modo per essere finalmente visti e apprezzati per vendicarsi e costringere a vivere tutta la loro vita, portandosi dietro il peso insostenibile della colpa e del rimorso. Ma dietro alla rabbia, c'è sempre una richiesta d'amore:

Amore. Il distacco da chi si è amato provoca un dolore così forte da decidere di porre fine alla propria esistenza. Il suicida non desidera realmente morire: vuole solo porre fine ad un dolore insopportabile.

Ma quando si è disperati, non si vedono le cose in un modo obiettivo: si pensa che perché il passato è stato brutto e il presente è duro, il futuro sarà altrettanto solitario e privo di amore. Ma nella vita tutto può cambiare, non bisogna mai perdere la speranza. Chi pensa al suicidio vede nella morte la soluzione ai propri problemi, ma il suicidio non è la risposta.