

## **LETTERA AD ANTONELLA**

La solitudine a volte fa davvero male, ti risucchia in un buco nero da cui è difficile uscire, è una lama tagliente che trafigge il cuore, l'organo delle emozioni e disconnette tutti i circuiti del corpo. La mente offuscata e confusa da questi sbalzi d'umore. Buio, freddo, confusione, lacrime che solcano il viso dolce ed angelico che un tempo era illuminato dal sorriso che esprimeva la gioia e la felicità; ma ora c'è tanta tristezza che offusca i pensieri ed è come trovarsi in un mare in tempesta. La causa di tutto ciò non sei di certo tu, sei in una fase di adolescenza, di nuove amicizie e di crescita. L'amicizia per me è un sentimento molto profondo. Non è semplice essere accettato dagli amici specialmente per chi è timido ed estremamente riservato. Io essendo una persona timida ho cercato di tirar fuori tutta la mia determinazione, la sicurezza che nascondo nell'anima che talvolta non mostro e in modo particolare, ho accantonato la mia barriera mentale costituita da problemi che a volte mi pongo inutilmente e ho mostrato a tutti la persona solare che sono veramente; di conseguenza mi sono aperta con le persone che mi circondavano ovviamente non lasciando trasparire le cose più intime. Talvolta può capitare di frequentare compagnie sbagliate solo perché nella mente si ha un pensiero fisso: "sono sola, non riesco a creare un rapporto con le persone che mi sono accanto e che vedo ogni giorno" e l'unica ancora di salvezza, l'unica speranza a cui ci aggrappiamo saldamente sono anche le amicizie false pur di non rimanere soli. Ebbene le persone che hanno un carattere chiuso, che sono timide, insicure e introversive, che hanno paura dei giudizi degli altri, devono trovare quella piccola fiamma che nascondono nella propria anima e avere la forza di aprirsi, perché nel mondo ci saranno moltissime persone che ti giudicheranno nel bene e nel male e nonostante ciò, occorre andare avanti perché nella vita si presenteranno moltissimi altri ostacoli che bisogna affrontare, anche con l'aiuto delle persone che ti sono accanto in ogni circostanza come i genitori, gli amici più stretti o di tanto in tanto anche degli insegnanti. Gli adolescenti molte volte trascurano i propri genitori, poiché pensano di essere già degli adulti sicuri di sé che non hanno bisogno di nessuno, neanche per fidarsi, proprio perché si credono autonomi. Durante il percorso della vita occorre prestare molta attenzione alle compagnie che si frequentano ed anche il modo in cui le persone si avvicinano nei nostri confronti. A volte le persone che crediamo amiche in realtà non lo sono affatto, ti sfruttano solamente per avere qualcosa in cambio e poi ti pugnalano alle spalle. Questo differenzia le amicizie vere da quelle false. Molte volte capita di ascoltare al telegiornale episodi di bullismo e proviamo compassione e dispiacere nei confronti di chi l'ha subito. Ma noi in realtà conosciamo il significato della parola bullismo? Sappiamo che cosa provano dentro se stessi le vittime? Io non penso. Il bullismo, soprattutto quello indiretto sicuramente più difficile da individuare, provoca in chi lo subisce un senso di frustrazione poiché ci si sente smarriti, soli, delusi da chi si reputava amico che ti esclude dalle uscite extrascolastiche e

a scuola ti saluta a malapena e solo quando si sente solo, cerca la tua compagnia; ci si sente ingiustamente allontanati e derisi dagli altri probabilmente perché si divertono a veder soffrire la persona che hanno di fronte. È difficile sopportare all'interno del proprio cuore il peso delle emozioni negative. Anche le parole hanno un valore e bisogna stare molto attenti nel pronunciarle perché talvolta possono essere una lama tagliente, possono colpire nel profondo e una volta espresse non si torna più indietro. Non bisogna lasciarsi schiacciare e soffocare da questi atteggiamenti sbagliati e pensare che non ci sia una via d'uscita per sfuggire dal dolore, perché la vita va avanti e in modo particolare occorre non perdere mai la speranza e la fiducia nei genitori perché sono e rimarranno per sempre la nostra guida anche nei momenti più bui, loro sono la speranza che illuminano il cammino e sono gli unici che non ci abbandoneranno mai.

Elisa Grandaliano