

Dentro il borderline

Consapevolezza

Poesie tratte da una storia vera, i nominativi ed i luoghi sono stati volutamente modificati per motivi di privacy, ed ogni riferimento è puramente casuale.

Kim Wesfulac

DENTRO IL BORDERLINE

Consapevolezza

Poesie

BOOK
SPRINT
E D I Z I O N I

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2021
Kim Wesfulac
Tutti i diritti riservati

Con tanto tanto Amore alla mia Famiglia.

A chi ha fatto parte della mia vita e mi ha attraversata.

A chi mi ha reso chi sono, nel bene e nel male.

Spero di essere una persona

che lascerà un segno, e non una cicatrice.

Per Sempre Grazie, a chi mi ha voluto bene.

A chi non mi ha mai mollata.

*E auguro tutto il meglio a chi leggendomi,
ne ricaverà qualcosa di buono e prezioso per sé.*

Kim Wesfulac

Prefazione

Essendo nel mio intento, *“Dentro il borderline”* una collana di libri, questo ne è il secondo e inizia dove è finito il primo (*“Nella penombra di un labirinto”*) e rappresenta la seconda metà del trauma che ho vissuto e che mi ha portato alla morte di una vita e all’inizio di un’altra, e a diventare chi sono oggi.

Qui combatto ancora con ricordi e incubi, paura e vergogna, sentimenti di fallimento, rabbia e solitudine, la voglia di farmi male e sparire.

Ci saranno degli spiragli, ma faranno troppa poca luce per portare allo scoperto il fattore numero 1 che mi ha portata alla diagnosi di Disturbo di Personalità Borderline. Ci sono degli accenni anche agli altri due fattori ma io credo che questo sia quello che ha portato a conseguenze più gravi e longevi, anche se non sottovaluto gli altri e tutti i piccoli fattori minori.

Qui parlerò del periodo della fine dello sport, e di quello dell’università e del lavoro. Entrerà nella storia una persona per me molto importante (C.).

Spero che come il primo libro, anche questo possa aiutare quante più persone possibili ad andare oltre il trauma che ha portato al Disturbo Borderline e a sentire che non sono sole e se ne può uscire.

Questo libro è un grazie, un grazie a tutti.

Sbando, traballo, a volte cado, ma torno sempre in piedi. È questo che sta succedendo ora.

Ed ecco il secondo libro.

Grazie a tutti.

Kim Wesfulac

La Frase

Verso le prime settimane del 2005
arrivarono i momenti critici.
Per caso, una volta le ultime frasi di un film sentii
e una in particolare mi colpì.

Se non ricordo male più o meno così diceva:
*“If someone touches you in a way that feels wrong,
then it IS wrong”.*
*(“se qualcuno ti tocca in un modo che ti sembra sba-
gliato, allora È sbagliato”).*
Una cosa molto importante insegnava,
e io credo che mai più dimenticherò quel “wrong”.

In italiano non rende altrettanto bene,
ma che i bambini sappiano queste cose è un bene.
Ti dice che c'è un modo giusto di toccare ed esser
toccati,
e un modo sbagliato di toccare ed esser toccati.

Può essere che al momento tu non sappia distin-
guere tra i due,
perché sulla pelle sembrano carezze tutte e due.
Ma in fondo quello sbagliato poi ti fa vergognare,
mentre quello giusto al sicuro ti fa sentire.

E non c'è bisogno di andare nei dettagli,
anche il braccio o la gamba che sembrano innocui,
alla fine possono farvi sentire erronei,
e le carezze sul resto del corpo sono di per sé degli
sbagli.

Quindi ricordate che c'è la carezza buona e la ca-
rezza cattiva,
e nessuno può dirti quale dei due tu stia provando.
Perché anche se a volte è evidente,
a volte solo tu puoi essere il sapiente.

Ricerche

Da quel momento in poi, fu come se una porta si aprisse,
e un mondo di cose per la prima volta vedessi.
Pensavo tanto al passato e al mio allenatore
e facevo tante ricerche su internet per capire.

Ancora non sapevo se le sue carezze erano state
giuste o sbagliate,
ma sentivo che dovevo imparare le cose come fos-
sero andate.
Giusto per far chiarezza e scoprire la verità,
e forse dare un nome a una possibile serenità.

Certo che se fossero state sbagliate sarebbe stata
una cosa brutta,
ma io in fondo in fondo non so perché ci speravo a
dirla tutta.
Forse per dare un nome alle cose che aveva fatto e
io subito tutto,
e forse far parte di un gruppo e scoprire da dove
venisse quel nero sul cuore tutto.

I miei sentimenti erano altalenanti,
a volte pochi e a volte tanti.
Ormai del nuoto mi importava poco,
e io solo di coerenza volevo un poco.

Avevo paura a usare quella parola anche solo tra
me e me sola,
perché se esageravo sbagliavo e se sminuivo male
comunque mi facevo.
Però ero quasi contenta che esistesse una parola
per definire
tutto quello che era successo e stava per venire.

Help

In libreria spesso, e qualche volta in chiesa andai
per cercare un aiuto e stare fuori dai guai.
Più leggevo e più le cose mi tornavano,
e tutti quei piccoli grandi gesti a gran voce mi parlavano.

A volte rinnegavo tutto,
dicendomi che volevo solo essere compatita e giustificata.

Altre volte accoglievo tutto,
dicendomi che era per quello che il mio cuore era
così brutto e la mia anima lacerata.

Non osavo parlarne con nessuno,
prima dovevo fare chiarezza,
e a volte speravo solo che qualcuno
vedesse quanto stessi male e mi desse una carezza.

Questo mai successe e io continuai
a leggere e far chiarezza.

A volte volevo aiuto da qualcuno,
e a volte da nessuno.

Ancora non sapevo se potevo definirmi tale,
ma sempre più mi ci avvicinavo e stavo male.
Alla fine l'aiuto me lo diedi da sola,
leggendo chili e montagne di roba.

Riscontri (baci, caramelle segreti)

A volte era così bello e commovente,
leggere in un libro tutta quella roba pesante.
E soprattutto vedere che quel che leggevo,
del mio passato molto riconoscevo.

La mia ingenuità ancora presente
che del mondo non sapeva niente,
Non aveva capito che tutti i regali che LUI mi faceva,
per farmi star buona e conquistare la mia fiducia
erano.

Io pensavo che finalmente qualcuno mi notasse,
e che LUI bene mi volesse.
Tutti dicono che così non fosse,
mentre forse neanche ora in pieno ci credo,
che male mi volesse e l'intenzione ne avesse.

La gradualità delle carezze corrispondeva a quanto
leggevo,
e io ancora mille dubbi avevo.
Iniziai a leggere che avrei potuto aver voglia di
farmi male.
Io non la sentivo, ma pian piano cominciai a salire
quelle scale.

C'era scritto quanto LUI potesse dirmi
che mi amasse e mi trovasse bella.
Io avevo fame di quei commenti, di sentirli
e fame d'amore avevo sotto la pelle.

Non che i miei non mi volessero bene,
ma che fosse un altro adulto a darmi quelle cose,
mi faceva sentire speciale
e coperta di rose.