

# PRENDIAMOCI CURA DELL'UMANO

## MI PRESENTO ...

*“Che confusione, tutti questi cambiamenti! Non sono mai sicura di quel che sto per diventare da un momento all'altro!”*

(Lewis Carroll: *Alice nel paese delle meraviglie*)

Mi presento: sono DolceCasa. La mia ospite, ormai da qualche anno, mi ha chiamata così. E la cosa non mi dispiace affatto! All'inizio, la prima volta che ci siamo conosciute non avevo un gran bell'aspetto ... ero un po' triste. I miei ospiti precedenti se n'erano andati da un po' e io non sapevo chi avrei fatto entrare nuovamente nella mia vita. Il futuro, le nuove conoscenze mettono sempre un po' di timore, no? Un misto di curiosità, di felicità per le cose nuove che potranno succedere e anche di paura ... Ma poi è arrivata lei, entusiasta e intimorita come me. Ho capito subito che per lei era un passo nuovo, importante. Era sola e voleva imparare a stare da sola con se stessa, a stare bene con se stessa ... o per lo meno voleva imparare a stare sola con me! Non potevo certo starmene così con le mani in mano e non cercare di aiutarla in tutti i modi ... Così mi sono stiracchiata un po' per sembrare un po' più grande, ho cercato in tutti i modi di far sembrare un po' più bassi i gradini delle scale per affaticarla di meno, mi sono entusiasmata quando le mie vecchie porte grigie sono state pitturate di bianco o quando mi hanno riverniciata tutta! Il giallo, l'arancione sono i miei colori preferiti, sono colori caldi, i colori del sole dell'estate dell'allegria! D'altronde l'arancio è un colore legato all'energia fisica e mentale, all'attività, alla creatività. L'arancio stimola il movimento, l'indipendenza e la fiducia in se stessi, liberando dalle paure, dalle frustrazioni, dalle inibizioni e dai condizionamenti ... Insomma con la mia disponibilità al cambiamento e la sua voglia di realizzazione ci siamo proprio impegnate entrambe a rendermi accogliente il più possibile! E devo ammettere, con un po' di sano orgoglio, che ci siamo riuscite io e lei!

E così è cominciata la nostra nuova convivenza. Così ho cominciato a conoscere veramente la mia nuova amica. Una personcina che stava cercando con tutte le sue forze di uscire da un periodo non particolarmente felice della sua esistenza, dal suo *“piccolo undici settembre personale”* \*... Non sapeva tanto bene come fare a superare quel dolore lì ... era qui con me e “si stava cercando”, stava provando a “trovare se stessa”. Mica è tanto facile? Così ho deciso che volevo aiutarla. Sì, ma come? Ho provato a sfogliare la quantità di libri con cui mi ha riempito il corridoio ... e così ho trovato questa frase, tratta da un'intervista di un cantante ... e gliel'ho fatta leggere ... *“Quando vivi quel dolore lì, quando vivi quell'angoscia lì, LA VIVI TU. È difficile che gli altri possano in qualche modo empatizzare veramente quello che stai provando tu in questo viaggio. Quello che si può fare come sempre è ricordare quello che per me è una base solida in cui credo moltissimo e che è l'unica cosa che mi sono mai permesso di pensare, di dire in una canzone a mio figlio: VALE LA PENA VIVERE.”* (Luciano Ligabue)

Inoltre era una personcina che stava cercando di capire da sola quale fosse la sua reale Opus, la sua piccola opera d'arte ... e si sa *“... gli inizi di un' Opus ... sono sempre oscuri ... e la pagina bianca sgomenta e impaurisce...Occorre che la nostra immaginazione sappia accogliere e ospitare ... Occorre che nel quotidiano venga a stabilirsi un luogo temporale e spaziale dedicato all'Opus. Essa ci costringe ad abbellire, a rendere più fini e delicati i nostri sentimenti...”* Beh io in qualche modo ero il suo inizio di Opus, e se sono diventata così bella, così accogliente, così calda ci sarà un motivo! Con me stava imparando ad accettare positivamente quello scorrere della vita dentro di sé, quel suo divenire psichico grazie al quale è unica al mondo. Io ero il suo spazio nel mondo. Come ha imparato durante un seminario al quale ha partecipato nel dicembre 2007 stava cercando di dare una sua bella forma a stessa, cercando di creare un'opera d'arte. E quale modo migliore se non vivere in uno spazio che lei riteneva tutto suo e la sua piccola



E POI CHE LA SUA MANO A LA MIA PUOSE  
CON LIETO VOLTO, ONDIO MI CONFORTAI,  
MI MISE DENTRO A LE SEGRETE COSE

opera d'arte?

Fin dall'inizio è stato un percorso in continua crescita. Io ho provato, per quel che potevo fare, ad aiutarla in questo suo percorso di individuazione. Chissà se si è accorta di tutte quelle volte che è tornata qui arrabbiata e stanca per il lavoro e io ho cercato di rendermi ancora più luminosa e accogliente, ancora "più arancione" di quel che non sono già ... o di quella volta che ho cercato di renderle un po' più comodo il divano perché aveva solo bisogno di "stravaccarcisi" sopra e guardare un po' di tv ... Secondo me inconsciamente se n'è accorta. Anche lei si è affezionata a me, quanto io a lei.

E così ha imparato (anzi ha cominciato a imparare ...) con il tempo ad accettare quello che le aveva riservato la vita di brutto, ma anche di bello. Ha imparato a tirare fuori quello che aveva dentro, a parlare con se stessa e a stare bene con se stessa. Così ha cominciato a prendersi cura di sé ... e di un gattino ... arancione naturalmente!

E poi, com'è giusto che sia, ha deciso di sposarsi "*... d'altronde è profondamente bello, forse è la felicità, preparare ciò che è cresciuto in noi piano piano nel tempo per dividerlo con qualcuno, e così facendo dargli finalmente forma.*"\*

E ora? Ora sono di nuovo un po' triste ... da un po' di tempo c'è di nuovo aria di cambiamenti, di cambio di ospiti. Ed è anche giusto così, la vita va avanti e le esigenze cambiano. Ma io per lei rimarrò per sempre la sua DolceCasa.

Valentina Moschetti

\* Tratto da "*Intelletto d'amore*", Giorgio Moschetti, ed. Moretti & Vitali