

Accademia
DaiShiDo®

Ciao Ro

...sai, ho imparato che
se non vedo una soluzione
non vuol dire che non esiste

Valentina Giovacchini

Per gli amici dell'Accademia
che sono i nostri amici
per chi soffre
e forse troverà un po' di coraggio leggendoci
e per noi due.

*Cara Valentina, grazie per avermi permesso di divulgare la tua vita.
Ho corretto qualcosa, come mi avevi chiesto, ma davvero poco.
Ho lasciato inalterato anche il dialetto, alla fine, perché mi pare tutto più autentico. Giusto qualche virgola, qualche dettaglio...
Ma ti assicuro che si comprende bene ogni sfumatura.
Mi piace tanto questa lettera. Mi piaci tu.
Mi piace essere stata utile e sentire che la mia vita vale la pena di essere vissuta. Mi hai fatto un dono grande, a concedermi di starti accanto. Ci sono cose che non possono andare smarrite nel tempo. Ci sono emozioni che non possono essere dimenticate. Io sono una terapeuta e amo fare l'orto: ogni seme, se usato, darà frutti per qualcuno. Questo tuo dolore, questa foto di Rolando che mi sorride sopra i fornelli della mia cucina, questa nostra storia di coraggio e di volontà, deve servire. Deve essere il Dono che volevi seminare, il Dono che come ti promettevo si sarebbe manifestato per aiutarti a smettere di piangere. Deve essere la Luce che si nasconde dietro alla tragedia. Parla di amore che trascende il corpo, gli eventi, i sensi di colpa ed i rimpianti. Parla di Amore.*

Vale la pena, sempre, Vale...

Dina Collacchioni

Ciao RO...

sono passati quasi nove mesi da quel giorno, il 18 maggio, in cui tutto è cambiato. Ti voglio raccontare tutto quello che mi è successo. Ti voglio dire che con un tuo sorriso, a distanza di tempo, mi hai lasciato un dono per non soccombere.

Ci torno spesso a quella mattina, a quando ci siamo svegliati con calma, sereni, scherzando, giocando... una bella sensazione di spensieratezza.

Avevi già deciso, dal giorno prima, di passare la giornata in moto, dicendomi di non aspettarti per pranzo. Alle dieci, più o meno, sono venuta a salutarti, tu eri al computer per organizzare la nostra vacanza a Barcellona. Ti ho dato un bacio, l'ultimo bacio. Verso le cinque e mezzo di pomeriggio, la telefonata che cambierà tutto.

Sono i carabinieri di Monterchi... mi dicono che hai avuto un incidente.

Alla prima non ci credo (non volevo)... chiedo se è uno scherzo, ma mi dicono di no... chiedo come stai, mi dicono che devo andare accompagnata... ACCOMPAGNATA... avevo capito... L'agitazione si impossessa di me, la testa rimbomba non riesco a coordinarmi, non riesco a respirare, lo stomaco fa male non voglio credere, forse ho capito male, forse è grave...

Da lì in poi ho iniziato a stare così male...

Un male che... non pensavo esistesse un dolore così devastante, un dolore che ti prende tutto il corpo, non riesci a controllare niente.

Nel tragitto che ho fatto da Arezzo fino al luogo del tuo incidente, con Puccio e Simona, mi sembrava di impazzire, parlavo di continuo, chiedevo aiuto, ti chiamavo, sentivo tanto dolore allo stomaco.

Arrivati, i carabinieri parlano con Puccio...

Vedo la reazione che ha, mi dico “non è possibile, non è possibile...”

Ci accompagnano all’ospedale di San Sepolcro , dove mi dicono che non c’è niente da fare ...

... che tu sei morto.

Mi si spacca il mondo, si frantuma tutto, tutto diventa nero... dolore...non vogliono che io ti veda... non riesco! devo vederti assolutamente! mi somministrano delle gocce, ne prendo solo la metà, voglio rimanere ‘sveglia’, devo vedere, devo capire. Finalmente mi portano da te, ti vedo lì, steso.

Non riesco a credere, non è possibile, proprio a te, a noi...

Ti chiamo, sembra che dormi, il dolore è insopportabile, non capisco niente, non riesco a contenermi, vedo il momento che ci siamo salutati, non è reale, è un incubo.

Mi portano in una stanza, sono dentro un pianto disperato... lo stomaco si stringe, voglio che tutto questo non sia successo, voglio solo te, voglio andare a casa con te!

Sento che è arrivata gente nella stanza... Simona non mi ha mai mollato, ci sono Cinzia, Barbara, Stefano, Lorenzo, Dina...

Quando ho visto Dina succede “qualcosa”. Forse ho liberato ancora di più il mio pianto... non ricordo più le parole che mi disse, ma calmò il mio stato convulsivo.

Non so cosa sia stato, in mezzo a così tanto dolore... forse sapevo che se qualcuno mi poteva aiutare, questa era lei.

E dire che non la rivedevo da tanto. Credo che in quel momento la visita di Dina sia stata un primo aggancio per non sprofondare giù, in un luogo da

dove non avrei più potuto riemergere. Forse quando chiedevo aiuto, in macchina... nel tragitto...

Il giorno del funerale ho visto tanta gente. Eri più amato di quello che ti immaginavi, ti hanno voluto e ti vogliono tanto bene... hanno un grande affetto per te.

Mi hai regalato tanti amici, coltivandoli.

Quel giorno, al cimitero, nonostante tutta quella melma per la pioggia, nessuno si è tirato indietro.

C'erano tutti i tuoi amici di Napoli... Corrado da Londra... e tu dicevi "chissà, se verranno ad Arezzo quando ci sposiamo..."

Incredibile, quel giorno, l'amore che c'era nell'aria per te.

I tuoi fratelli c'erano tutti. Ermanno è volato subito da Boston.

Mi sono stati molto vicini, soprattutto Enzo e Carla, Tonino... e altri amici che forse non ho "registrato" ma che ringrazio nel cuore... ho avuto casa piena di gente per un po'... Quei giorni sono passati piangendo quasi ininterrottamente, pensando e ripensando a tutto quello che avrei potuto fare per cambiare gli eventi, per impedirti di morire. Pensando alle moltitudini di cose che ancora dovevamo fare.

Quando mi prendeva il pensiero che non avrei più potuto toccare il tuo corpo, si apriva una voragine. Noi abbiamo sempre combattuto per le nostre cose, ora non c'era più niente che potevo fare, era finito tutto.

Uno di quei giorni, in particolare, mi mancavi in modo terribile. Volevo toccarti, abbracciarti, i sensi di colpa mi pesavano: avrei potuto fare di più, darti di più, "avrei dovuto...", "avrei potuto..."

Da quanto stavo male i miei si preoccuparono molto, finché credo che Cristina chiamò Dina, non so come gli venne in mente.

Lei iniziò a parlarmi al telefono, non ricordo con precisione, non ebbi la sensazione che mi consolasse, ma che mi ‘svegliasse’, soprattutto quando mi disse che tu, vedendomi così, saresti stato male, perché non potevi fare niente per me, non potevi riuscire a fare niente... qualcosa cambiò. Mi diceva che ad ogni mio senso di colpa anche tu avevi il tuo: “se non fossi andato in moto”... se , se , se...

Diciamo pure che non esiste niente dopo la morte, mi disse... ma se esistesse qualcosa?

Avevo un dubbio. Mi aveva dato un dubbio su cui potermi aggrappare. Non poteva darmi certezze, ma quel dubbio che tu mi sentissi, mi salvò.

Pensai “non è vero che non posso fare più niente per te, Ro, posso ancora fare qualcosa, se mi calmo tu soffrirai meno”.

Barbara veniva a trovarmi appena poteva o mi chiamava al telefono, ‘casualmente’, nei momenti di crisi peggiori. Anche Cinzia è stata molto presente.

Dina mi mandava dei messaggi: “non mollare mai, non mollare mai...”

Ho sentito che veramente mi voleva aiutare, non era cortesia.

Non so quando ho iniziato a pensare a cosa mi avresti detto di fare tu, a cosa avremmo fatto insieme... Tu avresti solo voluto che io reagissi prendendomi cura di me, per non crollare, per non morire... Sarebbe stata la cosa più facile da fare: pillole e lasciarsi andare. Cominciavo a intuire, però, che crollando non sarei venuta a trovarti, anzi, ti avrei perso del tutto. Avrei perso anche il legame d’amore che c’era e ci sarà sempre, tra noi.

Così, dopo diversi giorni, ho iniziato ad andare da Lorenzo per parlare un po’... Per fare tecniche di rilassamento. Per fermare in qualche modo quel

dolore insopportabile. Perché non volevo intontirmi con le medicine, anche se, per tutti, sembrava l'unica cosa da fare.

Volevo essere lucida per pensare a te, per stare con te.

Dina non poteva prendermi come terapeuta, era un'amica. Però sentivo comunque la sua presenza, in qualche modo mi *controllava* attraverso tutte le esperienze che facevo con loro. E così, Lorenzo mi parlava e io piangevo. La sensazione era che mi stavo concentrando sempre meglio sulle cose davvero importanti.

Vedevo che negli ultimi anni eravamo stati sempre meglio, sempre più nell'amore e nel rispetto, non era vero che avevo sbagliato tutto, eravamo cresciuti tanto, insieme...

ma comunque non vedevo bene come ora.

Quanto preziosi sono i momenti! Come vorrei insegnare a tutti a non sprecarli! Magari questa lettera servirà ... Vorrei che tutti se ne rendessero conto, così da non sprecare tempo, nemmeno un minuto...

Darei non so che cosa per poterti toccare... e dire che prima si dava per scontato.

Dopo tre settimane sono tornata al lavoro, ti immaginavo lì con me, come mi avevano detto di fare Lorenzo e Dina... l'unica cosa da fare per resistere.

E' stato veramente duro, qualsiasi cosa facessi, mi faceva male, ma ho continuato a farla. Non mi sono fermata mai. Pensavo costantemente a te, a noi.

Su consiglio di Dina, contatto Kriton, il suo omeopata di fiducia, che mi dà un rimedio nell'attesa di incontrarlo.

Mi ricordo che il giorno che ho preso il rimedio mi sono sentita un po' meglio, non ho pianto, mi sembrava incredibile.

Ho addirittura pensato: "forse diventerò insensibile", ma non importava, era troppo il dolore. Sapevo che non avrei potuto farcela, così. L'omeopatia era naturale, non mi avrebbe intontita, ma avrei pensato ad aver cura di me, come avresti voluto te.

Nel passare delle settimane e poi dei mesi, ho capito che per me la cura omeopatica ha funzionato tanto: mi ha aiutato nel mio percorso di comprensione, senza soccombere al dolore fisico, senza dover prendere antidepressivi chimici che mi avrebbero addormentato.

La prima visita da Kriton è avvenuta verso gli ultimi di giugno. Vado con Barbara, ho paura di non capire, di essere confusa... penso anche che, prima, qualsiasi cosa la facevo con te, qualsiasi decisione la prendevamo insieme...

Visitandomi mi trova completamente a terra, proprio come mi sentivo.

Inizio la cura, ci saremmo rivisti dopo un mese, lui come persona mi piace molto, la "sento" bene.

I giorni passano, lavoro, cerco di stancarmi, vado una volta a settimana da Lory, con lui faccio delle meditazioni guidate, piango sempre, però quando vado via ho qualcosa su cui lavorare, penso a te che mi incoraggi, che vorresti questo per me, penso a tutte le volte che non abbiamo mollato.

Inizio ad andare anche ai gruppi del DaiShiDo, il mercoledì. Provo, tanto cosa ho da perdere? Non saprei cosa altro fare...

Piango anche lì.

Devo dire che parlare nel gruppo ti alleggerisce, metti a nudo le tue paure (non è facile), le condividi, escono fuori e non ti consumano dentro... e così facendo pian piano non hanno molto interesse a rimanere.

Ho dovuto rivedere molte delle mie convinzioni, a partire dalle parole SBAGLIARE e INGIUSTO.

Le parole e la presenza di Dina non mi hanno mai mollato, mi risponde prima che io formuli la domanda, mi legge dentro più di quanto mi conosca io... è molto rapida, non c'è spazio per le paranoie. Non mi lascia tempo di formulare i sensi di colpa con i quali, dice: "uccidi te stessa e Rolando ogni volta".

Qualche sera abbiamo cenato insieme, frequento i ragazzi dell'Associazione, mi hanno accolto tutti molto bene, per fortuna a loro non fa paura il mio dolore. Dicono che condividono quello che c'è. Ma non mi permettono di crollare. Si comportano come se tu fossi sempre con tutti noi. Ci sono i tuoi amici, la Barbara e il Pium. Non mi mollano.

E anche i nostri amici di sempre: Massimo, Grazia, Marco e Cinzia mi sostengono molto... Ceno con loro, mi fanno sentire come sempre a casa... Anche Silvia, che non frequentavamo da un po', quest'estate mi ha chiamato spesso, così come Claudia e Federica...

Penso che nei rapporti mi abbiano aiutato le parole di Dina quando mi diceva che nessuno voleva stare con chi portava il lutto (ho pensato a chi lo faceva pesare con le troppe parole o con l'atteggiamento), mi faceva piacere che le persone stessero bene con me (noi), che non portassero il mio peso... ho cercato di essere generosa con loro quanto loro lo erano con me...

facendo così credo che mi alleggerissi anche io, in fondo è sempre stato il nostro modo di vivere, condividere e non far pesare.

Questo mi ha riportato il ricordo di due donne che conosciamo, entrambe avevano perso i propri figli... una è praticamente un morto che cammina... fa venire voglia di scappare perché anche tentando di consolarla si ricava solo una perdita di energia, senza frutti... nell'altra traspare forte il dolore, certo, ma anche l'amore che mette nella forza per reagire... io l'ho sempre ammirata tanto per questo...

Da Lorenzo non piango più tutto il tempo, inizio a distinguere il pensiero ordinario e quello più 'spirituale', in cui forse tu ci sei ancora, senza il corpo, ma con il sentimento. Non posso avere nessuna certezza, ma anche il solo dubbio che tu possa sentirmi, mi aiuta.

Non ho mai lavorato così tanto. Al lavoro mi hanno aiutato, oltre a Cristina, sempre molto presente, i miei fratelli Valentino e Silvano.

L'avresti mai detto! si impegnano molto a imparare, sto bene con loro, sono molto protettivi nei miei confronti, ti sarebbero piaciuti.

Mi sono accorta, solo in seguito, che gli ho insegnato questo lavoro come l'avresti fatto te, delegando e anche facendoli sbagliare.

Simona è stata una grande, mi è stata vicina soprattutto nelle cose burocratiche, ha dormito con me per 6 mesi.

Loro sono i miei quattro pilastri... cinque, con la mamma.

In quel periodo mi sono accorta del bello, ma anche del brutto, delle persone.

Una di queste è una donna che dice alla mamma di Marco (tuo grande amico) proprio davanti alla tua tomba, che io mi sono consolata presto! Si riferiva al ragazzo che lavora con me, ma lei non sapeva che stava parlando di mio fratello...

Per fortuna ci pensa la mamma di Marco a prendere le nostre difese... mi chiedo perché le persone formulino tali dicerie senza conoscere i fatti... che cattiveria gratuita, non sa quanto male faccia una perdita così, e quanto faticoso sia non soccombere... ci provi, ci provi, ma il tuo tentativo di lottare viene visto in modo equivoco... Forse lei e altre persone preferivano dire: "poverina non ce l'ha fatta"... Le persone dicono di volere che tu stia bene ma poi vorrebbero vederti distrutta, depressa e ammalata, per credere all'amore che ci legava... Vedo tante assurdità.

Vedo l'amore in modo diverso. Faccio tutto quello che tu avresti scelto per me, per aiutarmi. Mi fido delle persone di cui tu ti saresti fidato.

Ascolto le cose che tu avresti ascoltato.

Tratto me stessa come tu mi avresti trattata. E in questo modo ti sento vicino a me, ti sento al mio fianco.

Più di una volta ho pensato che vivere così era troppo faticoso, che non ce la potevo fare... ho avuto i pensieri che immagini...

Ma io e te abbiamo sempre lottato e questo per ora mi basta per andare avanti. Siamo insieme, anche in questo caso, anche in questa esperienza.

Ho litigato con Patrizia, la nostra vicina di casa. La prima volta che mi ha attaccata, non avevo le forze necessarie per rispondere. Non era trascorso

nemmeno un mese dall'incidente, la voleva far scontare alla mamma per via della scala... e se la prendeva con me.

Ma la seconda volta ero già più carica (grazie a Dina e Kriton)... Le ho urlato a pieni polmoni, mi sono sfogata, ho detto ciò che sentivo e pensavo, mi sono difesa! Dopo, a casa, ho pianto, ma poi sono stata meglio.

A fine luglio Kriton mi trova meglio, quello che mi dà, funziona, riesco a respirare meglio, a vivere i ricordi un po' meglio, penso sia la combinazione tra la cura, gli incontri da Lorenzo e le parole di Dina, ai gruppi, alle cene, ogni volta che capita.

Sono disperata, ma ti sento vicino e non ho intenzione di perderti. Ho deciso che farò tutto quello che vorresti per me e combatto.

I primi di Agosto capita una cosa incredibile! E' un giovedì... mi chiamano Lory e Dina (forse per te non è tanto incredibile, penso che tu c'entri qualcosa, infatti) e mi dicono se voglio andare con loro, in Grecia! Come se fosse la cosa più normale da fare, in una situazione come la mia... IO in GRECIA ...

Quante volte ne avevamo parlato, ricordi? non sapevo cosa dire... era tutto inaspettato... ma avevo solo qualche ora per decidere. Dina mi ha detto: "E' una di quelle cose folli che vengono così..."

La partenza sarebbe stata la domenica seguente, dopo tre giorni!

Inizio a pensare a tutto.... Alla follia di questa cosa, agli impegni di lavoro, a cosa avrebbero pensato le persone, alle preoccupazioni dei miei... al viaggio troppo impegnativo, a loro che li conosco sì, ma un viaggio... in camper... non so... penso, penso, penso... poi penso a te!

A te e a quello che sicuramente avresti fatto, tu partiresti anche subito! E vorresti dirmi di farlo anche io, ne sono sicura! Una follia per staccare da tutto e stare solo con me, perché stare con loro è come stare con se stessi. In ascolto di me, di te.

Il pomeriggio incontro Dina e Lory, li guardo... e dico sì! Dico il “tuo” sì! Io infatti non mi sarei mai buttata... Mai.

La notte non dormo, mi sento agitata, ma già la seconda sera è tutto ok, i miei sono contenti, la gente che l’ha saputo sicuramente mi avrà già criticata, già presa per pazza. Ma è quello che avresti voluto te.

La domenica ci ritroviamo alla Meridiana. Sono stordita, cerco di non criticare la mia decisione folle. Erano già successe delle ‘coincidenze’ strane, a casa di Dina, al “DaiShiDo Green”... cose inspiegabili che, avevamo deciso, era meglio prendere così, senza pensarci troppo.

Stefano mi ospiterà nel suo camper, ci sarà anche Sara con noi. Non spenderò nulla, nonostante le mie insistenze. Solo una piccola parte della camera che prenderemo in Grecia, ma giusto una cifra simbolica. E’ importante per tanti motivi, che tu lo sappia.

Arrivano altri amici a salutarci, io sono stordita, mi dico: “ma che ho fatto”... mi prende qualche paturnia, forse sono stata troppo avventata, ho pensato alle diciassette ore di traghetto (al massimo ne avevo fatte 5)... Ho pensato a tutto?

Arrivano Dina, Lory e Yaami, il cane... non si torna più indietro!

Ma dal momento che partiamo, come per magia, tutto passa... Sono nel posto migliore, con le migliori persone per me...

Penso a quanto le paure ci blocchino... io alle mie gli avevo dato troppo potere.

I miei compagni di viaggio sono magnifici con me, è tutto normale, ho sentito sempre che eravamo 'insieme'.

Dal momento che siamo partiti per me è stata tutta un'avventura. Avrò detto "INCREDIBILE!" non so quante volte. Il loro modo di vivere non ordinario, non convenzionale, in cui ogni pensiero si condivide, mi ha tenuta 'sveglia'. Nessuno spazio per i pensieri che non contemplassero che tu eri con me, sempre. Se è illusione, meglio una illusione con te che senza di te, ho imparato a pensare.

E di certo volevo imparare il più possibile.

Il venerdì, nel primo pomeriggio, ci siamo imbarcati da Ancona... Nel ponte della nave ti ho pensato tanto, avrei voluto che fossi lì con me, ma al posto che impazzire di dolore ho scelto di sentire che saresti stato fiero della mia partenza. Fiero di me! E così cominciavo a scegliere i pensieri e a stare legata a te.

Mi piaceva condividere i pasti con loro, tutti insieme, mi piaceva condividere quei piccoli spazi che erano invece così grandi dentro di me. Quando Stefano e Lory suonavano la chitarra e Dina dipingeva mi sembrava di essere in un'altra dimensione, era una bella sensazione, mi piace la compagnia di Sara. Non ero mai sola. Tutto era come una cura per la mia disperazione. Sono passate diciassette ore e non me ne sono accorta ... incredibile!

Arrivati, ho detto di nuovo: "Incredibile, Rolando sono in Grecia! Siamo in Grecia!"

Ci incamminiamo con i camper, dobbiamo attraversare tutta la terraferma, per arrivare alla nostra isola, dove Dina deve fare una visita medica.

Guardo il paesaggio e spero che sei lì, con me, che vediamo insieme... In ogni posto in cui ci fermiamo c'è qualcosa da fare o da vedere, la gente è molto cordiale, ci aiuta quando abbiamo bisogno. Loro parlano un po' di greco, mi sento tutti vicini, in questo posto.

Arrivati dall'altra parte, all'imbarco per l'isola di Alonissos, il traghetto non c'è... problemi... Ma loro non si perdono d'animo e decidono di andare a fare il bagno aspettando l'indomani (altri di sicuro avrebbero imprecato).

La sera visitiamo il paese, facciamo una passeggiata, ceniamo, scherziamo... Ma ogni tanto io mi raggelo, forse, perché Dina mi parla, mi dà una 'risciacquata', sicuramente mi ci voleva... Mi dice che non lo so, come stanno le cose, non lo so se è ingiusto morire o se invece capita per amarsi ancora più forte... non riesco a trattenermi, l'emozione mi esce dappertutto, piango forte. I ragazzi sono molto pazienti con me.

Anche l'indomani, problemi con il traghetto, dicono che è guasto... e di nuovo, non c'è problema, facciamo altre 3 ore con il camper per raggiungere un altro porto.

Nel viaggio capitano cose particolari, troviamo cose dove non ci dovrebbero essere, cose che non si possono spiegare... cose che fanno pensare a te... diciamo solo che non mi sono mai annoiata, nemmeno per un minuto.

Il quindici chiamo Carla, tua cognata, per farle gli auguri di compleanno, gli dico dove sono, la sento strana, è normale no? Come si fa a concepire una cosa così? forse non approva che sia partita, di sicuro non capisce, ma io sono troppo sicura di quello che avresti voluto che io facessi, e i miei dubbi lasciano il posto ai pensieri verso di te.

Tua mamma l'ho sentita meglio.

Ho avuto tanta paura che i tuoi non mi capissero. Ma poi ho pensato che in qualche modo, nel tempo, avrebbero avuto l'occasione di comprendere che quella per me era l'unica via.

Anche il viaggio nel traghetto per l'isola mi è piaciuto, pensa... ho visto i delfini!

Dina mi ha regalato un cappellino e Stefano un centrino che aveva fatto lui (non c'è niente che non si possa imparare a fare, per loro). Mentre lo faceva, ho capito che desiderava, in fondo, solo farmi ridere per la faccia delle persone che lo guardavano.

Nell'isola di Alonissos arriviamo il giovedì, il posto dove staremo con i camper è spettacolare... ti sarebbe piaciuto moltissimo: siamo in cima a una scogliera, protetta da alberi, una cala bellissima. Questi ragazzi hanno degli amici che gli vogliono bene, anche qui. Come essere a casa. Dina sceglie lei prezzi, camere, tutto, come se il proprietario fosse suo fratello. E alla fine paghiamo più della richiesta, pensando che loro sono più sfortunati di noi. E la richiesta era davvero...fraterna.

Sono posti per te, Ro: tutti scogli e sassi...

Ogni giorno ci spostiamo con il camper di Stefano (RINO... anche il camper ha un nome!), tutti insieme, andiamo a visitare altre spiagge...

E' tutto fantastico, ma ci sono momenti che mi prende male, tantissimo male, pensando a te.

Ma Dina ti dico che non mi ha mai mollato, Sara nemmeno.

In quei giorni mi insegnavano a nuotare, tu sai quanto avevo paura, provavo, provavo, ma avevo tanta agitazione... con la pazienza di tutti avevo fatto

dei progressi, ma poco... un giorno Dina mi dà delle indicazioni per nuotare meglio, io le dico che non riesco, esco dall'acqua ... faccio qualche storia... lei pensa, tace, ma dopo un attimo mi dice:

“SEI UNA PRESUNTUOSA”

Mi arriva una cosa che brucia, dentro... lo ripete, non capisco... non pensavo di esserlo! Non so definire come mi sento... mi dice ancora con tono incisivo che io ‘presumo’ di sapere come devono andare le cose perché siano giuste... presumo che anche Dio abbia sbagliato... In un attimo vedo Dina solo come un messaggero e penso solo a quella frase: mi brucia, perché mi brucia... poi alla fine HO CAPITO! Non posso presumere come è giusto che vadano le cose, le persone, la vita o la morte. Questa frase potevo riferirla non solo al nuoto, infatti, ma a tutto... a tutto ciò che era accaduto. A tutti gli atteggiamenti rigidi e orgogliosi della mia vita. Lei mi invitava ad amare, non a decidere cosa fosse giusto.

Un peso in meno... non dovevo più “presumere” ma fare, agire, o perlomeno provarci.

Una lezione che mi porterò dentro per tutta la vita.

Quando brucia, fermati, guarda, guarda finché non vedi e quando vedrai, qualcosa di brutto se ne andrà.

Forse non ringrazierò mai abbastanza Dina, ma quella volta, deve sapere, qualcosa di grosso in me cambiò. Per sempre. GRAZIE.

Poi mi ha detto: “Ho avuto paura che ti offendessi decidendo di tornartene a casa, ma dovevo rischiare”.

Le giornate passavano piene, il pasto era sempre uno dei momenti preferiti, molte volte abbiamo mangiato fuori, soprattutto la *coriatiki*, una insalata con la *fèta*.

Un'altra cosa bella e 'curiosa' è quando abbiamo trovato un sasso, in una spiaggia piena di sassi, con su scritto, a carboncino: "BELLA VALE" ... incredibile... un caso? Ma che caso! A me è piaciuto pensare che dovevamo trovarlo (in quella spiaggia avevo fatto progressi nel nuoto), e il resto, lo tengo dentro. Non voglio ascoltare le solite cose. Voglio ascoltare l'effetto che mi ha fatto nel cuore, e basta.

Ogni posto che guardavo speravo di vederlo anche con i tuoi occhi, si vedevano molto bene le stelle, lì.

Una sera abbiamo detto: "Pensa se non ci fossero le luci dei ristoranti" e... è andata via la luce in tutta l'isola!... Il cielo si è acceso di una miriade di stelle, ci siamo messi tutti nel terrazzo ad ammirarle... Meglio non cercare spiegazioni per queste coincidenze...

In quei giorni arrivò anche Kriton, si teneva nell'isola un convegno di omeopatia e Dina doveva fare una visita. Alcune volte abbiamo cenato anche con lui, mi è piaciuto ascoltarlo... è una persona molto intelligente e umana. Mi ha fatto sentire come gli altri suoi amici. Era delicato con me, ma scherzavano ugualmente, senza farmi sentire che pesavo, col mio lutto, col mio dolore. C'era rispetto reciproco. Un rispetto così profondo che si poteva anche scherzare. E tu eri con noi, anche senza bisogno di dirlo.

Dopo dieci giorni io e Sara saremmo dovute ripartire... Ma le cose andavano bene, così bene che pensare di tornare a casa, nella nostra casa, da sola,

senza questo sostegno così importante per me, per noi, mi terrorizzava. Anche se volevo tornare per “logica”, per paura, per il lavoro...

Chiaramente Dina ci ha chiesto se volevamo rimanere. Di pensarci. In primo ho detto di sì, mi sentivo onorata, felice di non essere di peso, anzi gradita.

Poi mi è entrata tanta di quella confusione in testa! Ho pensato che forse non ce la facevo con il lavoro... a preparare le fiere che mi aspettavano... che era venuto il momento di rientrare nella “realtà”, che voleva dire: devi soffrire, cara mia.

In realtà non è che non soffrissi, ma soffrivo ‘con te’.

Assieme a loro non mi ero più sentita lontana da te.

C’era un amore, un rispetto, un prendere in esame che l’anima fosse eterna... che con altre persone non avrei potuto sentire. Dina aveva superato un tumore. E una malattia grave che l’aveva tenuta tra la vita e la morte vari giorni. Quindi, quando parlava, sapeva come mettermi di fronte a pensieri che nessuno mi aveva insegnato a coltivare, a prendere in esame. Mi faceva sentire che l’anima poteva esistere e che tu forse davvero mi eri sempre vicino. Non poteva darmi delle certezze, però era già contenta, mi diceva, di instillarmi dei dubbi.

Avevamo già preso gli orari dei traghetti per il rientro... ma per fortuna Dina mi ha aiutato a capire che forse, in quel momento, per me sarebbe stato meglio prendermi del tempo invece che, come al mio solito, buttarmi nel lavoro. Ora forse era più importante altro.

Mi sono interrogata. Mi sono ascoltata. Ho visto tutte le paure di essere giudicata. Nel dolore ci sono delle regole da seguire, mi aveva detto lei. Tutti si aspettano di vederti distrutta, per credere che lo amavi. Ma tu, perché non fai semplicemente quello che avrebbe voluto Rolando?

Con molta serenità ho deciso di rimanere con tutti loro fino al rientro, una decisione che ho preso di nuovo grazie a te, tu infatti non te lo saresti nemmeno creato il problema.

Grazie Ro.

Non credo che mi rendessi conto, ma stavo imparando a conoscere i miei limiti e a superarli. Penso di aver fatto scuola di sopravvivenza, provare a vivere con le mie gambe, provare a dare il meglio di me. Per te. Con te.

Un'altra emozione molto forte è stata in una grotta, avevo imparato a stare nell'acqua alta con la maschera e solo quello per me era bello, mi sembrava di volare... non avevo mai visto quell' altezza sotto il mare, volevo che tu vedessi i progressi che facevo!

Poi a un certo punto Dina mi invita a nuotare dentro la grotta... io dico di no! mi fa paura... ma lei insiste. Non è una che insiste se non è sicura che sia la miglior cosa da fare. Ormai la conosco... Mi provoca dicendomi: "Dici di volere Rolando... bene! Se va male tutt'al più vai da lui no? Avanti! Vivi!"

Mi fermo un attimo... Mi ascolto al di sopra della paura... scatta qualcosa... decido e mi affido!

Così, attaccata alle spalle di Dina e Lory, parto... il cuore mi batte forte, ma allo stesso tempo sono sicura dei miei compagni. Guardo giù con la maschera, proseguendo, l'acqua si fa sempre più scura, mi sale l'ansia, ma un'ansia bella, che mi caricava... che mi spingeva ad affidarmi completamente. Ti stavo regalando questa cosa... arrivo dentro alla grotta... riescono a farmi appoggiare in uno scoglio... ci salgo in piedi! io... mi sento emozionatissima! "Cazzo!!!!" urlo... E poi urlo fortissimo il tuo nome! Lo urlo fortissimo, rimbomba dappertutto! Voglio che mi senti e mi

vedi! Incredibile... Incredibile... Io che non dico le parolacce! Sono stordita tra gioia e fierezza, so che mi vedi. So che sorridi di me e anche della mia parolaccia...

Per uscire dalla grotta nuoto da sola, a quel punto mi sembrava che potevo fare tutto... me la sono gustata, quell'emozione... l'acqua, uscendo, con i riflessi del sole, aveva dei colori bellissimi e poi, non contenta, sono rimasta a galleggiare un po'...

Dina dice di vedere qualcosa che luccica, giù in fondo. Dicono che saranno più o meno cinque o sei metri di profondità... Lei insiste e chiede a Stefano di andare a prendere questa cosa che brilla nel fondo...

Ho visto sotto l'acqua la scia di Stefano che si tuffava... sembrava una situazione irrealistica... incredibile cosa trova nel fondo: una placchetta di metallo con la sagoma di una 'V', l'iniziale del mio nome... e così, anche in quell'occasione, mi è piaciuto pensare che eri contento di me... Tutte queste piccole cose sono sopra il mio comodino.

Un'altra prova, sempre per come ero fatta io... che non volevo fare il bagno perché avevo il ciclo mensile... incontro anche una persona che mi dice che fa male! Ognuno trova ciò che cerca...

Dina mi spiega che le cose stanno anche in un altro modo, che non c'è problema se non lo crei in testa, se entri piano piano, se l'acqua non è gelida... che stare sette giorni senza bagno è troppo davvero... magari bastano due... dopo un po' ho capito quanto siamo radicati nei nostri pensieri, quanto siamo influenzati dall'educazione che abbiamo ricevuto... quanto mentalmente ci blocchiamo.

Così decido che mi sono rotta le scatole delle mie parturizioni e faccio il bagno, libera, contenta e anche se esagero nell'essere trionfante, penso: che ne dici Ro, meglio, così? Io dico di sì.

Ma sotto sotto avevo paura... ero combattuta. Il ciclo si è fermato... infatti. Come previsto. Come mi ha detto la Dina. Come da programma. Ma il mese successivo è tornato regolarmente. Penso che qui avresti sorriso con me, delle mie fissazioni.

I giorni passano pieni, la sera Sara e Stefano mi fanno ridere: lui la imita in modo buffo, non te lo avevo ancora detto: io dormo con Sara, sono stata molto fortunata a conoscerla, è una bella persona, mi sono sentita a mio agio anche con Stefano, lui può dare davvero tanto e penso che non ne abbia coscienza. La Yaami poi... mi toglieva i pensieri. La mattina mi cercava per salutarmi. Era 'presente', con me. E' stata anche buffa, ogni giorno mi faceva ridere per qualcosa.

Arriva il giorno della partenza, al traghetto che ci riporterà nella terra ferma. RINGRAZIO Alonissos per l'accoglienza che mi ha dato e per i doni che ho ricevuto,

GRAZIE...

Arrivati a Volos dormiamo nel parcheggio del supermercato, come avevamo fatto all'andata, ma ora mi sembra tutto diverso, mi sento diversa.

Il giorno dopo rifacciamo tutta la traversata della Grecia, e anche il viaggio, pur nella stessa strada, mi sembra di vederlo in modo diverso.

Arrivati al porto per prendere il traghetto per l'Italia tutto bene, va tutto bene.

Ma quando iniziamo l'imbarco per sbaglio chiamo Stefano con il tuo nome...!

E allora mi si apre qualcosa dentro... l'emozione arriva impetuosa alla gola ... non voglio piangere, ma non riesco a trattenermi, mentre ci allontaniamo con la nave guardo la Grecia, provo una cosa forte allo stomaco e alla gola, era diventata parte di me, quel viaggio mi ha dato tanto! Lì ero stata sempre con te, ma ora che sarebbe accaduto? Ti avrei perso di nuovo? Oddio, dovevo organizzare le mie emozioni...

Fiducia, coraggio, l'affidarsi a qualcosa che con la mente non ci si arriva, fermarsi a sentirsi, ad ascoltarsi... è da lì che ho metabolizzato che...

se non vedo una soluzione non vuol dire che non esista.

Questo viaggio mi ha dato la possibilità di non impazzire, il dolore farà parte della mia vita per sempre, ma ora ho degli amici in più e delle chiavi in più.

GRAZIE GRECIA.

Le esperienze che ho fatto con Dina, Lorenzo, Stefano e Sara sono molte di più, Ro, forse sono infinite... ma adesso penso che tu le sai.

Avrei voluto tanto che tu fossi lì con me, fisicamente... Adesso proverò a vivere come meglio posso, con te voglio affrontare lavoro e casa e quello che sarà, parte dei tuoi insegnamenti sono dentro di me, spero di renderti fiero. Ci proverò te lo prometto. Lo prometto a me stessa e a questi ragazzi.

Rientrati a casa, ti vengo a trovare al cimitero, ho una brutta crisi, mi sento di non farcela, ma mi chiama Dina (che caso!) la sua voce mi rassicura e

vado avanti. “Era previsto”, mi dice, “lo sai che era previsto, ora va superato”.

Vado avanti. Vado avanti.

Riesco a preparare il lavoro per le fiere e di nuovo ho un'altra prova grossa: discuto con Cristina! Tu sai quanto tengo a lei, ma non ci ‘prendiamo’, al lavoro... Un sabato sera, da quante ce ne diciamo, poi, nella doccia, ho un pianto convulso... non ci potevo credere che mi facesse questo, A ME, in questo momento! Ho pensato a quanto stavo bene e a quanto lavoravo bene con te... ho pensato a quei signori anziani che ti hanno preso in pieno con la macchina... che è colpa loro se ero nei guai...

Erano già cinque giorni che non si parlava, io e Cristina. Fosse stato per noi non so quanto sarebbe durata. Poi c'è il gruppo del mercoledì. E allora Dina mi dice che secondo lei devo andare da Cristina e darle ragione... Ma non potevo! IO avevo ragione! Ma lei mi dice di farlo comunque, perché anche Cristina sente di averla. Perché tenermi la ragione rinunciando a una sorella non era cosa sensata. La ragione non ha mai reso felici, mi dice. Ci penso una notte e un giorno... “è più forte di me non riesco” (altra frase che dovrò cancellare dal mio vocabolario)... poi di nuovo mi scatta ‘qualcosa’... e allora CAPISCO: Cristina ha ragione! Anche lei ha ragione! Infatti io al lavoro sono diversa da come mi conosce fuori, sicuramente sono più decisa, concentrata, meno attenta a lei, meno... sorella! Dina ha ragione: ho la mia parte di responsabilità. Visto questo, vado da Cristina, ci parlo, le dico che la capisco... Le chiedo di capirmi, che al lavoro non posso stare attenta a come mi muovo, sarebbe una tortura, non saprei come fare... la rassicuro che avrei provato a fare meglio, le faccio capire che mi dispiace. Lei capisce bene, tutti i nodi si sciolgono come per magia, senza discutere... incredibile!

Da allora sono passati 6 mesi e tutto è ok, mi sento libera di muovermi. Sono con mia sorella. Non so cosa è successo esattamente, forse sono andata con l'intento giusto, senza la pretesa di aver ragione. Se si può chiamare 'ego', quello tra noi era stato terribile.

Inizio le fiere, in ogni paese che vado ti immagino lì con me, o nel bar a prendere un caffè. Alcuni nostri clienti mi chiedono di te, a chi non lo sa, non dico niente, è una cosa nostra, cerco di fare il banco al meglio, voglio che vedano cosa avevamo creato insieme, mi manchi tanto.

Valentino e Silvano sono molto presenti, sono stati dei grandi, considerando che hanno dovuto imparare tutto da zero, mi fanno sentire che ci sono, parlo molto con loro, ho riscoperto un bel rapporto, ora ci vediamo spesso e mi piace, sai, più volte hanno detto: "ma come faceva Rolando da solo a montare l'attrezzatura"! credo che anche loro ti pensano. Simona so che quando viene a trovarti al cimitero piange, Cristina sicuramente ti ha nel cuore.

Il lavoro nel periodo da Settembre a Dicembre mi ha stancato molto, per fortuna... quando mi entrava la testa mi dicevo: "ma perché faccio tutto questo, perché non mollo tutto" ... In quel periodo ho incontrato molte persone, colleghi, clienti, conoscenti, che mi guardavano in modo strano, la sensazione che sentivo era:

"poverina ora è sola e dire che non ha neanche figli, come farà..." e quando sentivo questo stavo male, pensavo "in effetti è vero, sono sola, per cosa combatto".

Per fortuna continuando col DaiShiDo i ragazzi riescono sempre a farmi intuire che c'è altro, posso pensare al di fuori dell'ordinario, ho pensato

anche e sono sicura che se tu potevi, avresti fatto qualcosa per me, così ho iniziato a farla io, ogni cosa buona per me, pensando che ti rende felice...

Pensa RO, ho iniziato a cucinare con Cinzia, un po' per stare insieme un po' perché non mangiavo bene, e lì ti ho proprio immaginato che sorridevi... so che te l'ho detto spesso ma GRAZIE per tutte le volte che mi hai cucinato, so che era uno dei tuoi modi per prenderti cura di me .

Il 3 dicembre finalmente dico a Simona che è tempo che io dorma da sola, sono fiera della mia scelta, alcune sere non dormo bene, ma non importa e vado avanti.

Il periodo del mercatino del Natale è stato particolarmente duro, la sera quando tornavo a casa avrei voluto che fossi fisicamente lì con me, lo volevo con tutta l'anima, con tutto il mio essere... adesso mi piace pensare che c'eri, in un altro modo.

Per fortuna mi sono sentita anche sorretta, dalla mia famiglia, da Sara che veniva a trovarmi spesso, Dina con i gruppi e i messaggi, Barbara con i dolci, poi Cinzia, Claudia e tanti altri che ci vogliono bene, i ricordi della Grecia sono stati dei continui balsami. Natale l'ho passato a casa come si faceva sempre, la sera a casa di Dina con i ragazzi, sto bene con loro, mi stupisco da quanto mi capiscono. Mi fanno cucinare, mi fanno impegnare.

Il 6 Gennaio smonto il banco, dopo 40 giorni, 12 ore al giorno, sono un po' stanca, ma orgogliosa di essere riuscita nell'impresa grazie a te, all'esperienza che mi hai dato... al modo che avevi nel porti con le persone, più volte *mi sono sentita più come eri te che come sarei stata io*, forse era in quei momenti, che eri lì.

Nella settimana seguente Gianfranco mi manda un librettino da leggere, su una donna che ha una esperienza di premorte e racconta quello che vede,

l'incontro con Dio (ora ho capito che ci ha messo le sue aspettative, ma ci ho dovuto pensare sopra, prima di capirlo), descrive gli sbagli che ha fatto in vita e le conseguenze che avrebbe avuto nell'aldilà, cioè... l'inferno! E anche se lei viene perdonata e probabilmente entrerà nel regno dei cieli, io entro in crisi, di nuovo! mi viene davanti una carrellata di errori che ho fatto, gli sbagli, una serie infinita di motivi per cui andrò all'inferno....lontana da te!!! Mi ritrovo infilata di nuovo in un incubo... è un librettino religioso, dovrebbe fare un buon effetto.... C'è scritto che la Chiesa approva la sua lettura.... Allora perché mi sento impazzire? Ne parliamo al gruppo e in un modo che non mi aspettavo. Arrivo pallida, mi sa, sconvolta. Piango molto, forse sono anche stanca, Dina mi parla in modo molto forte, molto diretto... ma capisco quella sera, forse per la prima volta, che il Cristo è compassionevole, che non è vero che andrò all'inferno, che Gesù non ha mai detto una cosa del genere... compassionevole... capisco che io dovrei esserlo molto di più con me stessa, che le cose che dicono gli altri, se mi risuonano, bene... le accolgo, altrimenti NO! Capisco che alcune parole sono per manipolare attraverso la paura. Sento che noi non ci perderemo... anche se certe cose potevamo farle meglio, IO potevo farle meglio, il Cristo non ci allontanerà per questo! E io devo imparare a essere più attenta e astuta... è importante sentire se una cosa ti dà gioia oppure NO, credo che quello sia un campanello di allarme per capire quando spostarsi. Quando ascoltare meglio il proprio cuore. Quella sera il gruppo mi ha aiutato molto, mi ero *infrenata*, confusa, stavo affogando. Dina mi ha scossa forte, era dura nel dirmi che dovevo ascoltare il mio cuore, non le chiacchiere! Che nella premorte si può finire in una dimensione 'astrale' fatta di aspettative e in cui i sensi di colpa gestiscono tutto... certi discorsi particolari non li avevamo mai fatti in modo così diretto. Dina sembrava mi dovesse tirar fuori

direttamente dall'inferno. E in effetti era così. Nella notte stessa sono stata bene. Grazie. Tu Ro sai quanto mi ha fatto bene. Eravamo di nuovo vicini.

Nelle sedute successive con Lorenzo mi accorgo sempre di più che quando gli pongo una domanda avrei anche la risposta dentro già pronta... credo che in questi mesi lui e Dina mi abbiano allenata a questo, ad ascoltarmi in modo più profondo, ad ascoltare la voce del "Maestro interiore". Quando alla solita frase POTEVO FARE di più, mi rispondo in modo quasi naturale che se lo avessi saputo fare lo avrei fatto, prima mi dovevo sforzare solo di pensarlo... so che si può fare di più, so che potevo fare meglio, ma allora non lo vedevo e non posso più condannarmi così.

Alla fine di Gennaio rincontro Kriton che mi dà Pulsatilla Mille... inizia un buon periodo, mi sento che posso vivermi più serena, non solo nel dolore fisico, così, chiamo Dina per una chiacchierata di aggiornamento. La prima nel suo studio, dopo tutta questa storia. Con lei passo 2 ore e mezzo... le più veloci della mia vita. Mi spiega che mi può dare solo consigli, ci tiene a dirmi che è solo una chiacchierata amichevole, per correttezza voglio dirti che non ho speso niente, ma, come sempre, ha preteso molto, amichevolmente o no. E' lì che mi consiglia (ordina) di scriverti una lettera. Io faccio qualche storia dicendo che non sono brava a scrivere... ma tu immagini il resto.

All'inizio, mentre ti scrivevo, era come ritornare lì... più andavo avanti più rivivevo quei momenti. Ti avrei scritto solo 'mi manchi'.

Avrei voluto solo che tu fossi lì con me, dirti che senza di te tutto aveva perso il sapore, il colore, il significato. Non potevo più fare niente senza di te. Lavoro, casa, spesa... tutto proprio tutto.

Poi ho pensato che avevo bisogno di raccontarti e rispiegarti con calma il lavoro che ho fatto dentro di me, volevo che fossi fiero di me, mi sono dovuta fermare più volte, ma ora sono felice di averlo fatto.

Ro, molte cose non le posso scrivere, perché sono state davvero inspiegabili. C'era un rapporto telepatico tra noi. Sembrava che i miei pensieri fossero materia, anche nelle cose più strane. Spero che questa lettera possa dare una spinta, anche se piccola, a chi è disperato. Spero che possa incoraggiare questi miei preziosi amici ad andare avanti con il loro lavoro. Spero di ritrovarci tutti.

Dina mi ha detto che corse da me, quel giorno, perché pensò ad un tuo sorriso e ad un abbraccio, tra voi. Un sorriso che neppure lei, vedi, ha potuto dimenticare...

Tu rimanesti piacevolmente colpito, quella sera, ma anche lei.

Mi piace pensare che vi siete accordati con l'anima.

Qualche settimana prima di andartene mi hai chiesto: “Vale, ma noi staremo sempre insieme?”

Ancora oggi ti rispondo “SEMPRE” .

Grazie per i doni che mi hai dato, grazie per aver scelto di vivere la tua vita con me, perdonami per tutto quello che non ho saputo darti.

TI AMO TANTO, ricordatelo sempre

TUA VALE




Grazie Vale...
Lory, Pium, Sara

Dagli amici di Eliotecnica DELMECIO Arezzo

Accademia DaiShiDo®

Via Anconetana 129/b4 Arezzo

www.daishido.it :daishido

Collezione privata per i Soci