

CLAUDIO MESSA *L'ascolto* Adoro la musica Vi dono un testo, quello di Presley

di **Claudio Messa**

■ Io adoro la musica. Adoro anche i testi quando questi sono espressione di quella musica, cioè, la calzano come un vestito su misura. Mi piace ascoltare, lasciarmi penetrare il cuore e la mente dalla poesia e dai messaggi intensi che gli autori lanciano al mondo.

Ho scelto questo testo di Elvis Presley per voi, perché a queste parole possiate attingere a piene mani: fatene l'uso migliore, impadronitevene senza pudore perché sono un dono e fanno molto bene!

*Quando tu cammini attraverso
una tempesta tieni la tua testa alzata
E non avere paura del buio
Alla fine della tempesta c'è un cielo d'oro
E la dolce canzone d'argento cantata
dall'allodola
Cammina nel vento
Cammina nella pioggia
Anche se i tuoi sogni saranno sconvolti e crollati
Va avanti, va avanti con la speranza
nel tuo cuore
E tu non camminerai mai da solo
Non camminerai mai da solo
Va avanti, va avanti con la speranza
nel tuo cuore
E tu non camminerai mai da solo
Non camminerai mai da solo
(You' Il Never Walk Alone di Elvis Presley)*



Claudio A.F. Messa in piazza Duomo a Milano
Il suo messaggio: se c'è tempesta non avere paura del buio!

LAURA TANGORRA *Un libro nel 2003* La carta è brava ad ascoltare chi non può parlare

di **Laura Tangorra**

■ Era il 2003.

Non avrei mai pensato di arrivare davvero fin qui, quando dissi ai miei amici che avevo deciso di scrivere un libro. Eravamo al mare, l'estate scorsa, e con la macchina setacciavamo gli angoli più nascosti dell'isola d'Elba ascoltando la musica. I mille colori del cielo che si tuffavano nell'acqua mi davano serenità e mi chiedevo come potessi provare un tale stato d'animo,



Un ritratto di Laura Tangorra disegnato dai suoi nipotini

Sostieni i progetti de
La Meridiana IBAN:
IT 87 N 05216 01630
000000003717
www.cooplameridiana.it

dopo quello che mi era capitato. Doveva esserci qualcosa di più forte della paura. Volevo capire cosa fosse e nella mente si affollavano immagini, persone, sensazioni che non riuscivo raccontare, ma che volevo fermare nella memoria.

Decisi allora di scrivere. Credo quindi di avere iniziato soltanto per me stessa, per un mio bisogno. Un bisogno incontenibile di fare ordine nei miei pensieri, e la carta è brava ad ascoltare chi non può parlare.

Solo una parentesi.
Con queste parole inizia l'introduzione del mio primo libro, Solo una parentesi. Era il 2003, e da allora la carta non si è ancora stancata di ascoltar-mi... o forse non sa come dirmelo. Quello che è certo è che io non posso più fare a meno di lei. Scrivere mi ha salvato dalla disperazione, perché non è facile mantenere l'equilibrio mentale quando ci si sente dire che restano pochi anni di vita, di una vita in questo stato, poi.

Quando un bambino subisce un trauma, deve disegnare per riuscire a buttare fuori l'uragano che ha nella testa, e noi non siamo molto diversi da loro, anzi forse siamo più complicati perché è la nostra mente ad essere più complicata. E forse disegnare non ci basta, e forse non siamo più abituati a usare quel linguaggio.

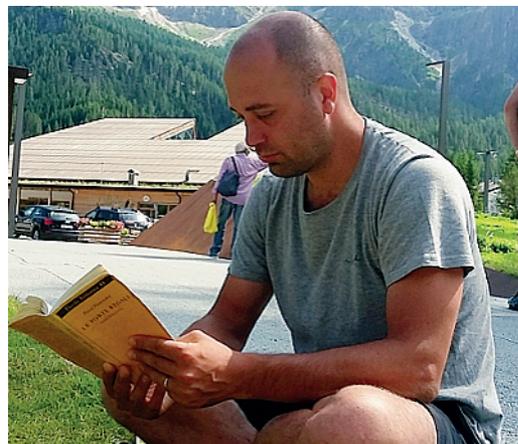
Non importa avere talento nello scrivere, non importa se si fanno errori, non è necessario che qualcuno legga, quello che conta è fare ordine, spazzare via, accendere una torcia nel buio totale.

LA TESTIMONIANZA *Stefano Galbiati, operatore rsd San Pietro* «Guardare negli occhi chi soffre per averne un po' meno timore»

di **Stefano Galbiati**

■ "Che cos'è l'uomo, perché te ne curi?" si domanda il salmista. Stare accanto ai malati di SLA permette di trovare risposte a questioni bibliche.

Che cos'è l'uomo quando è privo di movimenti, non mangia, non sente i profumi, non respira autonomamente, vive orizzontale tutta la vita e dipende in tutto e per tutto dagli altri? È una domanda innocente e sorge spontanea in tutte le persone che cercano di dare significato alle cose. Tuttavia le risposte



non stanno nei ragionamenti; le risposte sono loro, i malati.

È la relazione che si ha con loro l'autentica risposta.

Di fronte alla sofferenza si ha l'istinto di voltarsi dall'altra parte. Tuttavia essa realmente può rappresentare una grande opportunità di crescita. Quando la si immagina spaventa, è necessario guardarla negli occhi per averne un po' meno timore.

Stare accanto ai malati di SLA insegna a relazionarsi con coraggio alla vita. Grazie a loro si può comprendere che, qualsiasi cosa riservi il futuro, la dignità dell'essere umano sopravvive. Queste persone hanno perso l'autonomia ma non hanno mai perso la luce. Essa brilla nei loro occhi e illumina le persone che entrano in relazione con loro.

Operatore Rsd San Pietro

PIPPO MUSSO *Invito per tutti* Scrivere è bello Fa esistere te lo consiglio!

di **Pippo Musso**

■ Scrivi, scrivi sempre, perché la scrittura è una potente arma di energia, più forte di una lama affilata. È pura energia che stuzzica i sentimenti nascosti, li fa riemergere, venire a galla, li tira fuori con tenero amore dal più profondo del tuo cuore. E poi puoi indossare le ali della fantasia e viaggiare per mari e per monti e fermarti dove più ti pare, libero!

Libero anche dietro le sbarre di una galera. Un condannato, rimpiangendo il passato disse: "In prigione mi possono togliere tutto, ma finché la mia mente è in grado di ragionare, sono libero di volare come un'aquila nel cielo e di fantasticare, sognare e immaginare tutto quello che mi pare. Attenzione, ancora un consiglio. Se il corpo fa i capricci e si ferma, fregatene e datti un calcio nel sedere: ricordati che hai sempre il tuo cervello da sfruttare, ancora di più e meglio!



Pippo Musso: la scrittura mi rende libero. Qui a lato una copertina della rivista ScriverEsistere

Un piccolo messaggio a te che stai leggendo.

Ciao amico/a, io sono chiuso nel mio letto eppure quando ricordo e scrivo mi sento libero, mi sembra di correre e persino volare! Vuoi provare a scrivere anche tu? Forza, provaci, senza preoccuparti!

Chiudi gli occhi e pesca dentro di te il primo ricordo che viene a galla e scrivilo. Lascia andare la memoria e scrivi ciò che lei racconta di te: se te ne ricordi vuol dire che c'è traccia di un'esperienza che vale la pena rammentare.

Comincia pure con poche righe, senza pensare alla correttezza del testo ma solo a ricordare fatti impressi nella tua memoria! Credimi, puoi scoprire di possedere tesori nascosti e fare del bene anche agli altri, raccontando di come te la sei cavata di fronte alle difficoltà della vita, grandi o piccole, che hai affrontato.

L'indirizzo e-mail a cui mandare il tuo scritto è scrivereesistere@cooplameridiana.it

Conto su di te, grazie!

Ps: Vai anche su www.cooplameridiana.it e fai una bellissima anche piccolissima cosa: dona ciò che puoi a favore del progetto SLAncio e della cura delle fragilità. Grazie!