

In questo articolo vorrei raccontare qualcosa di importante.

Già il titolo - la parola che lo contraddistingue - contiene la maggior parte di contenuto dell'articolo. Tuttavia devo iniziare da una premessa. La scorsa settimana non sono potuto andare in associazione dove presto volontariato a causa di un malessere che mi ha costretto a restare a casa per molti giorni. In questo periodo di chiusura forzata ho perso totalmente l'equilibrio che questo lavoro, insieme ad altre attività, avevano contribuito a creare. L'uscire nuovamente è stato - ahimé - un vero trauma: non riuscivo ad adeguarmi alle situazioni, anche le più semplici; ad instaurare una conversazione decente; perfino il semplice camminare per strada mi riusciva male. Mi sembrava così d'essere in una via senza uscita. Cosa mi ha fatto uscire dal baratro? Semplice: stare con la gente, all'aria aperta, respirando la libertà che tutte le sensazioni della strada può dare.

Ovviamente ogni persona è diversa; eppure quello che mi è capitato accomuna più individui. Lo scambio, la condivisione di quello che sentiamo è fondamentale per trovare il nostro equilibrio in una società sempre più caotica. Logicamente ogni persona ha bisogno pure di riposo; ma, dopo, ci dev'essere un'attività mentale che permetta di "uscire dalle proprie mura". Se una persona non effettua quest'ultima operazione fondamentale, v'è il serio rischio di isolamento sociale, che, per me, è avvenuto in relativamente poco tempo (ma, come detto prima, ogni persona è diversa dall'altra), con tutte le conseguenze che questo porta.

Infine mi preme ringraziare tutte quelle persone che mi hanno fatto "guarire", sia fisicamente che a livello psichico, cominciando dalla mia famiglia, sempre pronta ad aiutarmi; da alcuni amici (quelli veri) che mi hanno preso per mano e fatto risalire, come nell'opera dantesca, verso la luce; non tralasciando quello che l'associazione e altre attività hanno fatto alla mia persona, trasformandola, in senso positivo, e facendola stare nella società con ottimi risultati.