

Cari tutti,

in questo momento di fatica e di grande straordinarietà, faccio capolino con poche parole per accorciare, anche solo per un attimo, le distanze che ci sono imposte e che, in questi giorni, stanno mettendo a dura prova il nostro benessere e la nostra quotidianità. È comprensibile e umano iniziare a sentirsi insofferenti nel non poter continuare le nostre vite come abbiamo sempre fatto. Tutti noi, credo, ci siamo imbattuti sulle riflessioni relative alle possibilità che questa quarantena ci sta offrendo nel riscoprire le piccole cose, nell'apprezzare i momenti in famiglia, nel prendere possesso di quel tempo che troppo spesso manca, per dedicarci a ciò che ci piace ma che, nel trambusto della routine di sempre, lasciamo in disparte.

Sono sicuramente aspetti significativi da incontrare e fare propri giorno per giorno anche se a volte, posso immaginare diventino una magra consolazione. Non poter uscire dove e con chi si vuole, non potersi abbracciare, dover mantenere distanze nette, affatica e indispette.

Eppure questo tempo credo ci stia offrendo un'idea di libertà diversa da quella che abbiamo sempre conosciuto, una libertà lenta che offre tempo a dismisura, ma limita lo spazio in cui dividerla. Tutto questo non è per forza un male, forse questo momento ci pone di fronte a delle limitazioni che per quanto possano irritare, ci offrono l'opportunità di sviluppare la nostra creatività, di sbizzarrirci con la fantasia, di scoprire ciò che ci piace per davvero e ciò di cui, invece, possiamo fare a meno. In qualche modo, questo tempo di sosta obbligata ci invita, in misura ancora maggiore, a prenderci cura di noi, ad ascoltarci a chiederci cosa ci fa stare davvero bene, a costruire nuove routine e tradizioni. Perché è importante questo? Leggevo l'altro giorno un intervento di alcuni colleghi sull'importanza di costruire una quotidianità fatta di riti e piccole abitudini, questo perché ci permette di stare all'interno di una cornice di normalità, che possa fungere anche da contenitore di quelle emozioni che, a tratti, irrompono nel nostro quotidiano e creano qualche scossone. Ma soprattutto, sottolineavano come il costruire una routine giornaliera, ci possa dare il diritto di trasgredirla ogni tanto, permettendoci di riassaporare il gusto della nostra amata libertà. Prospettive diverse da cui guardare questo momento che ci pone di fronte a sfide che mai avremmo pensato di dover affrontare.

Queste semplici riflessioni per salutarvi e dare spazio ad un breve momento di "vicina" condivisione. In attesa di poterci rincontrare ancora una volta negli spazi della scuola, vi auguro una buona e creativa continuazione.

A presto

Dott.ssa Valentina Sosero (Spazio Ascolto)