

Sotto il segno della farfalla

Ogni riferimento a fatti realmente accaduti, luoghi e/o a persone realmente esistenti è da ritenersi puramente casuale.

Monica Saia

**SOTTO IL SEGNO
DELLA FARFALLA**

Racconto

BOOK
SPRINT
EDIZIONI

www.booksprintedizioni.it

Copyright © 2023

Monica Saia

Tutti i diritti riservati

*Dedicato a tutti coloro che aspettano
il giorno della forza e del coraggio
per riprendere la loro vita in mano
e ritrovare la strada per la felicità.*

*Una dedica alla mia splendida nipotina Angelica,
con l'augurio per una vita fatta di gioie e soddisfazioni.*

*Una dedica speciale ai miei più grandi amici
e sostenitori di sempre: mamma e papà.*

*Una dedica che nasce spontanea dal mio cuore
è per i miei compagni del liceo che mi hanno
accolta e protetta nel migliore dei modi sempre
in mezzo alle risate, contro una nuova dura realtà*

*“Non serve strappare le pagine della nostra vita.
Basta voltare pagina e ricominciare.”*

Jim Morrison

Introduzione

Molte volte nella vita ci si trova in mezzo ad una moltitudine di persone ma ci si sente comunque soli, una sensazione di vuoto si impadronisce di noi e, pervasi dal disagio, vorremmo scappare.

Questo succede sempre alle persone più sensibili e delicate che hanno la necessità nel cuore di avere delle attenzioni.

A volte piccoli gesti, come un bacio, una lettera, anche un semplice sorriso, colmano in parte questo vuoto... altre volte le parole. Certo le belle parole fanno bene, il dialogo è salutare, il confronto ma ci sono momenti in cui anche il silenzio è utile. In particolare alcune persone riescono a capirsi, a trovarsi in una dimensione a sé stante, solo con lo sguardo, in totale silenzio. A me capita spesso con la mia

mamma e il mio papà, i quali, abituati alla mia vivacità, quando mi vedono silenziosa mi guardano e poi segue “Cosa sta succedendo? Che c’è?”.

Non è raro che viceversa succeda che dal loro silenzio io carpisca il loro stato d’animo, tutto, come se al posto dei loro visi ci fosse un’icona con un simbolo di preoccupazione. Infatti, spesso, anche se loro volessero nascondere i loro problemi, non riescono, io percepisco che qualcosa è fuori posto.

Credo che questo sia un “super potere” derivante dal vero amore.

Al di là di questa alchimia tra genitori e figli, esiste invece una capacità molto particolare di cogliere lo stato emotivo dell’altro senza perdersi per forza in lunghe spiegazioni. Questa capacità si chiama empatia ed è la qualità più importante che deve acquisire uno psicologo. Oltre ad essere io stessa una psicologa, sono più di vent’anni che sono saltuariamente seguita da psicologi e, a volte, è capitato...

È capitato che non servissero parole. Per capire la mia sofferenza, la risposta del mio silenzio è sufficiente a spiegare che quello è il tasto dolente, quello è l’argomento che brucia.

Per esempio, accade spesso che quando vedo pubblicità o programmi dove si parla di danza o pallavolo, mi si apre un album di ricordi indelebili nel cuore e subito io, senza parole, comincio a piangere, perché eccellere in queste attività rimarrà sempre e solo un meraviglioso sogno. Quando ciò si accenna nei colloqui con lo psicologo, non parlo subito, anzi per niente.

In realtà, è il mio silenzio che parla, che sta spiegando tutto, ed è compito dello psicologo ora interpretare questo silenzio, tradurre questo linguaggio.

Purtroppo la vita non va sempre “liscia”... troviamo barriere, architettoniche e non, e ostacoli vari, montagne su cui è difficile arrampicarsi ma non impossibile. Spesso ci accadono eventi negativi, traumi inaspettati dai quali, con il supporto della famiglia e degli amici, possiamo uscirne ma, in primis, dobbiamo essere noi stessi a volere recuperare, a voler impegnarci per scalare quelle montagne e andare avanti.