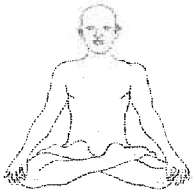


# Gocce di Armonia

<http://utenti.lycos.it/GocceDiArmonia/>



Anno IX — N° 75  
MAGGIO 2005

E-mail: [goccediarmonia@lycos.it](mailto:goccediarmonia@lycos.it)



## Imparare a dosare il tempo

**H**o appena ascoltato le vostre voci al telefonino e sono già con la penna in mano per scrivervi di questa mia esperienza.

Come si è parlato delle difficoltà del Gruppo in generale, quest'anno malanni vari e interiorità (mie) alcune volte, come nelle migliori famiglie, ci sono degli ostacoli da superare.

Sapendo che dentro di noi la trappola può scattare a tutti e in ogni momento, non mi consola il comprendere che tutto fa parte del "gioco", è diverso.

Quest'anno avevo delle cose mie da chiarire, ho lasciato che il tempo, e le continue domande, facesse un po' di luce...da limare ce ne sempre.

L'affetto e l'Amore che ho percepito in voi tutti, dalle visite, gli sms e le telefonate, mi hanno detto, nel caso ce ne fosse stato bisogno, che il Gruppo, come tante gocce d'acqua messe assieme, abbia la forza di rompere

gli argini che a volte ostacolano il fluire diretto al mare. Anche se sono mancata per molti mesi, nel momento del bisogno energetico, ciò che siamo si è rinsaldato e mi sta dando la carica.

Mi sono sentita un po' "pittima", abituata a reagire e a tirar fuori da me l'antico "guerriero", con il passare dei giorni riesco a capire: anche questa esperienza era necessaria.

Avevo bisogno di accettare, sia io che la mia famiglia, che non siamo—come si suol dire—"fatti di ferro". Come credi di aver svoltato l'angolo e ritrovata la strada, ecco un altro intoppo, diverso, tanto per fare delle prove sulla tua resistenza e continuare sulla strada iniziata che sembrava liscia.

Vi vuole un po' di "peperino" nel cibo per renderlo più appetitoso. C'è chi va liscio con il brodino, altri a cui viene offerta la possibilità di cibi più consistenti

da masticare.

A tutt'oggi ho cambiato tre volte stanza, incontrando persone diverse ed ognuna mi ha —e spero di aver—dato qualcosa.

Dai bimbi la loro capacità di adattarsi ai cambiamenti ed essere se stessi in modo spontaneo, senza limiti che con gli anni ci condizionano.

Da me stessa dovevo capire: il mio corpo aveva bisogno di uno stop. Non dovendo far lavorare solo

per i miei doveri quotidiani; a volte è una buona scusante per rimandare a più tardi la sosta.

Imparare a dosare il tempo per ogni cosa. Il mio disturbo è lieve rispetto ad altre problematiche, ma aiuta ad apprezzare il come vada bene la normalità e allora, godiamocela...i momenti sereni sono un dono e se li ascoltiamo, ci rendiamo conto di riceverne tanti.



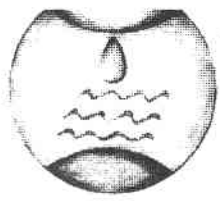
Con il solito tran-tran di tutti i giorni, pensando al ritorno a casa, mi sembrava di poter essere pronta in ogni momento dicendomi che, qualche cosa da questa vita avevo imparato. Quando le contrarietà fisiche suonano il campanello, mi sono sentita di aver ancora molto da fare e imparare. Usare la pietra pomice per levigare tante situazioni, approfittando del tempo che mi è concesso...momento per momento.

Sono le 22,20, il momento che in Capanna si dedica alla meditazione. Spengo la luce pensandovi.

Domani correggerò queste righe e un'altra giornata di punture e flebo è passata.

Un forte abbraccio...arrivederci presto a tutti per continuare assieme a salire qualche gradino ancora.

**Livia Bagarotto**



# Filosofia

Siamo qui  
perché non c'è alcun rifugio dove nasconderci da noi stessi.

Fino a quando una persona non confronta se stessa  
negli occhi e nei cuori degli altri, scappa.

Fino a che non permette loro di condividere i suoi segreti,  
non ha scampo da questi.

Timoroso di essere conosciuto  
né può conoscere se stesso né gli altri,

Sarà solo.

Dove altro se non nei nostri punti comuni  
possiamo trovare un tale specchio?

Qui insieme una persona può alla fine manifestarsi  
chiaramente a se stessa

non come il gigante dei suoi sogni né il nano delle sue paure,

ma come un uomo

parte di un tutto

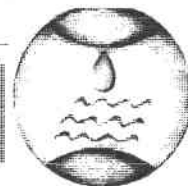
con il suo contributo da offrire.

Su questo terreno noi possiamo tutti mettere radici e crescere

non più soli come nella morte,

ma vivi a noi stessi e agli altri.

(Testo proposto da Giovanni Zanon)



**Q**uel giorno toccava a Maria cucinare. Joe la osservava, perplesso. Al contrario di Melena, che era sempre attenta, Maria non stava lì con la testa. Nel passare distrattamente da un'attività all'altra pensava ad altro, senza dubbio a un esperimento scientifico, e così una volta si scottava, due lasciava aperto il rubinetto dell'acqua, e altre tre urtava qualcosa con qualche parte del corpo sfocando un'esclamazione di disappunto.

I monaci entrarono in cucina alla spicciolata e sedettero al lungo tavolo dopo aver preso dagli scaffali una ciotola, o un piatto se invece dei cereali avevano intenzione di mangiare le uova strapazzate con il pane tostato. Quando Henri, l'avvocato, sedette, Joe si accorse che prendeva sempre lo stesso posto. Gli altri, consciamente o no, avevano imparato a lasciarlo libero per lui.

Humm, pensò Joe.

Senza darsene l'aria osservò Henri. Notò che le maniche della sua tunica erano rimboccate tre volte in maniera impeccabile per lasciar libere le braccia.

Humm.

Poi vide che non si serviva, non aveva nemmeno preso un piatto o una scodella. Osservandolo Joe capì che Henri aspettava il piatto blu che stava usando Melena. Quando lei ebbe finito e lo ebbe lavato, Henri andò a prenderlo e, sedutosi di nuovo al proprio posto, prese dal piatto di portata sul tavolo una porzione di uova ormai quasi fredde.

Una volta Henri non aveva tante manie, rifletté Joe.

Il mattino dopo Joe sedette al posto di Henri. Quando questi arrivò e vide Joe seduto lì divenne rosso per la stizza.

Joe rimase imperturbabile e fece finta di non accorgersene. Ma gli altri se ne accorsero e si sentirono a disagio.

Henri restò lì irresoluto, fece qualche passo, poi prese il piatto blu e sedette a un altro posto.

Quella sera, quando furono liberi di parlare, si avvicinò a Joe e gli chiese: «Perché questa mattina a tavola

ti sei seduto al mio posto? Ho la sensazione che tu l'abbia fatto apposta».

Per tutta risposta Joe gli afferrò una delle maniche rimboccate tre volte e la tirò giù. Poi se ne andò.

«Ma che cos'ha Joe?» domandò sconcertato Henri agli altri.

«Forse pensa che sia tu ad avere qualcosa», rispose Maria.

Il mattino dopo, quando Henri entrò in cucina, Joe era lì in piedi con il piatto blu in mano. Lo lasciò cadere sul pavimento. Si ruppe. Tutti rimasero esterrefatti. Joe prese la scopa e la paletta e raccolse i cocci.

Quella sera Henri aspettò Joe al varco e quando entrò nella sala comune lo bloccò. «Va bene, pensi che mi siano venute troppe manie, giusto?»

«Giusto», rispose Joe, soddisfatto.

«Ma che cosa c'è di sbagliato ad avere determinati gusti e determinate abitudini? Non capisco la tua avversione per il mio modo di comportarmi. Non è certo dannoso. Dai Joe, calmati.»

«Hai l'impressione che ti stia facendo un sopruso, invece ti sto ridando la libertà. Ti sto liberando dai vincoli. La particolarità induce alla peculiarità e poi diventa patologica. Le tre P. sono molto insidiose. A lungo andare finiresti rinchiuso. Se cerchi di controllare il tuo ambiente, presto ne sarai controllato e chiunque ti sarà vicino dovrà sempre adattarsi alle tue manie esasperanti.»

«Può darsi, ma non mi sembra che ci sia nulla di grave.»

«Il verso più significativo del Padre Nostro è: "Non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal male".»

«Male?», protestò Henri. «Stai dicendo che il mio comportamento è malvagio?»

«Noi vogliamo liberarci dal desiderio, vero?»

«Sì.»

«Perché esso induce in tentazione ed essa a sua volta induce al male che è una schiavitù. Se non fosse una schiavitù, non verrebbe usato il termine "liberaci".»

«Va bene, e allora?»

«Tu stai cominciando a renderti schiavo delle tue manie. Quindi sei nel male.»

«Mi sembra una tesi piuttosto forzata, Joe.»

Joe sorrise. «Sì, ma mi piace. Ti ho mostrato come renderti libero. Ora potrai essere libero di amare, libero di essere buono.»

Henri scosse il capo.

«Vediamola da un altro lato. Noi deploriamo l'attaccamento, vero?»

«Sì.»

«Perché l'attaccamento è causa di sofferenza.»

«Sì.»

«Tu sei attaccato al tuo posto a tavola e al piatto blu. E non oso pensare ad altre possibili manie come il modo in cui sistemi i libri sullo scaffale o quali denti ti spazzoli per primi, direi i canini.»

Henri si strinse nelle spalle contrito.

«Credo di capire quello che vuoi dire.»

Joe sorrise. «Lasciami concludere dicendo che sviluppare queste manie e dipendere da esse ti farà dimenticare di essere una creatura illuminata, una persona santa.»

«Ma non lo sapevo», protestò Henri. «Non l'ho mai pensato.»

«Sì, invece, ma te lo sei scordato. Devi condurre la tua vita in modo tale da ricordarlo.»

«E quando lo avrò ricordato? Che dovrò fare?»

«Allora potrai scordartene.»

In cima a una montagna vive un piccolo uomo, mite e dalla veste color del grano.

Lo chiamano «il Santo».

Ogni giorno molte persone salgono sul suo eremo, una lunghissima fila indiana che si inerpica per il sentiero della montagna.

Vi è l'uomo arrabbiato e l'uomo geloso, la donna impaziente, lo sposo felice e la nonna triste, la donna perseguitata, l'assassino e il sognatore...

Hanno bisogno di essere ascoltati.

Tratto da  
"Il Santo"  
di Susan Trott  
Edizione TEADUE