

Florilegio di pensieri di alcuni partecipanti al I seminario integrato Coa Sa Mandara

*“Mi fanno male gli occhi”
“Perché non li hai mai usati”
(Matrix)*

“Siamo tutti sotto la scia di Coa, parlo per i ragazzi tornati nel continente ... Non so da dove cominciare, se non con un sentitissimo ed enorme GRAZIE a tutti voi, ognuno di voi. Avete risvegliato la parte di noi più nascosta, più refrattaria al cambiamento, ma con una dolcezza e con un amore con la A maiuscola che mai e poi pensavo esistesse ancora... Siete speciali e porto nel mio cuore tutti i vostri sguardi, le risate, le lacrime, la musica, gli abbracci e la sintonia... L'armonia di un solo cuore, un unico organismo che collabora e che si muove insieme a tutte le sue parti, sempre e solo con Amore.”

“... Questa esperienza è stata una “botta” molto forte, spiazzante, intensa, indimenticabile. L'impressione di muovermi dentro un cubo ce l'avevo da tempo, ma i giorni passati insieme mi hanno fatto capire che è effettivamente così. Questa sensazione (con stretta alla gola a seguire) l'ho avuta mentre ci salutavamo: noi sul treno a rientrare in Matrix pronti a dirvi “Siamo dentro” e voi (popolo di Coa) a salutarci da fuori. Se potessi uscirne alzando una cornetta come nel film, lo farei subito. Quello che importa adesso, ed è già un passo importante, è aver cominciato ad aprire gli occhi e aver preso coscienza di molte, moltissime cose. Ce la metteremo tutta per tenerci svegli e non disperdere le nostre energie.

“Cari, sono ancora alla ricerca di parole... spero di scrivervi presto in forme più compiute, per ora quello che volevo dirvi è che avete prodotto esiti mirabolanti che si ripercuotono nel mondo al di qua, ci siamo scritti mail tra di noi sugli effetti di Coa e su come ci escano dalla bocca parole che mai sarebbero uscite prima, anche se può sembrare un po' forte io sento di aver trovato una famiglia, avete spazzato via con un soffio leggero paranoie che mi opprimevano da tanto e non smetterò mai di ringraziarvi per questo.”

“Ho ripensato al discorso sul passato e sul futuro, se sono bloccata a considerare ciò che sto perdendo, piuttosto che quanto e cosa sto costruendo è molto più facile vivere, mi serve molta meno forza. Pensare invece che posso costruire qualcosa, anche di molto piccolo, richiede energia, investimenti. Io mi sono detta che voglio partire da qua. Credendo che sto costruendo qualcosa giorno per giorno, senza però pensare che avrà una forma. Come l'argilla che abbiamo fatto con Virgilio. Mentre provavo, la materia dava forma all'idea che nasceva dal tentativo. O viceversa, un'idea diventava piano una forma. Le cose avvengono per caso, ma possono diventare solide con la volontà. Ripenso spesso al testo sulla contrapposizione, ho provato a dire tutto quello che pensavo in un certo momento, non ciò che l'altro si aspettava che io dicessi, ha funzionato. Mi sono sentita più forte. Poi il caso ha voluto che al mio ritorno la mia famiglia avesse bisogno di aiuto, l'ho dato, mi sono fatta carico di alcune cose, ho preso una responsabilità e non solo mi sentivo bene, ma qualcosa di nuovo si è mosso dagli altri verso di me. Insomma le lezioni hanno dato già dei frutti!”

“Non mi sento né sperduto né illuminato, dal momento che non posso prescindere dalla mia fattiva esistenza nel cubo; ma dopo i giorni di Coa non credo di riuscire ad andare avanti sprovvisto del kit di pronto soccorso che insieme abbiamo fabbricato. Riuscire giorno dopo giorno a condurre una vita con la consapevolezza di cosa ci porta ad essere terrorizzati, frustrati e privi di energie potrà quantomeno darci la percezione di quanto grande sia il cubo e di quanto possa essere vicina la prima uscita di emergenza. Allo stesso modo comprendere che non sono gli stimoli esterni a renderci vivi, ma che allo stesso tempo siamo predisposti per brillare quando tutto ciò che ci circonda rifulge. Per quanto possa sembrare difficile (difficilissimo nel mio caso), continuiamo a ricordarci di tanto in tanto di spegnere quella macchinetta che abbiamo in testa che ci porta ad essere mostruosamente diffidenti - in primis - verso noi stessi, arrivando a trattarci come uno sconosciuto che segue i nostri passi quando rincasiamo la notte. Siamo troppo unici per non provarci almeno.”

“... Occhi, occhi e ancora occhi. Occhi di tutti i colori, di tutte le forme, di tutte le età. Ma lì, a Coa, portano tutti lo stesso riflesso del grano, della purezza dell'aria, della consapevolezza. Occhi che ti agganciano, che si posano su di te. E non lasciano i tuoi finché non riveli quello che sei veramente. Questa è stata la grande riscoperta di Coa, e di me stessa. Avevo bisogno di essere guardata.”

“Mi rendo conto che evocare questa sorta di stato di grazia potrebbe sembrare surreale e un po' ingenuo (penso alla vita di ciascuno, alle difficoltà, alle debolezze che nella situazione speciale in cui ci siamo conosciuti avevano meno spazio e senso... ma anche alla fatica di un inverno a Coa di cui non abbiamo misura e con cui dovremmo confrontarci per continuare a capire) tuttavia avete risvegliato in me anche una dimensione dell'essere bambina, una sorta di coscienza emozionale infantile messa a tacere perché è così che si fa quando si diventa grandi... Ora la cosa più necessaria e difficile per me è riconnettermi con una storia personale che mi appare come lasciata in sospeso, della quale a tratti vorrei disfarmi, ma dalla quale invece posso trarre esperienza per intraprendere un percorso di condivisione, verso un Noi. Ora so, perché l'ho provato, che siamo davvero capaci di mettere in circolo poteri magici e la certezza che attraverso il dolore anche la bellezza si disvela in tutta la sua potenza toglie un po' le staffe alla paura. Tutto questo richiede impegno e tempo. Una dose di coraggio che posso cominciare ad avere anche grazie a tutti voi, che mi avete insegnato, sorriso, accolto e capito anche nei miei silenzi. Solo mettendo la nostra “vera natura” nelle azioni e nel sentire quotidiano possiamo dare e ritrovare un significato... Niente di più di quello che ci siamo già detti, ma io come immagino altri di voi, al mio ritorno ho provato gli effetti tangibili di questa energia, ho ricevuto subito, sorprendentemente, una comprensione e un amore che avevo evitato di mettere in gioco da tempo. Non sempre, non con tutti: certi percorsi, spesso con chi amiamo di più, sono lenti e impervi. Come ci ha detto Viola però abbiamo davanti ancora migliaia di tentativi prima di rinunciare, e abbiamo il nostro prezioso kit in aiuto...”

“Sai la cosa più bella? Che alla fine è stata una overdose di umanità. Lavoreremo per non disperdere neanche un seme...”

“Quello che rimane impresso di Coa è la luce. Tutto risplende e si riflette, il bagliore danza tra i capelli, sfiora e attraversa le dita, fino a colpire il viso. Fa un po' male, a quel punto. È un colpetto come quelli dati alla sprovvista, uno schiaffetto dietro alla nuca, come per dire: “Svegliati, no?”, ecco, più o meno è questa la sensazione. Ma ognuno, a Coa, ha la sua reazione individuale, a breve o lungo termine, quindi non resta che vivercela, per quanto il risveglio sia duro, a volte. È l'ora di agire.”