

Non è un mestiere per giovani, questo devi saperlo: riuscirai solo quando saprai fare esperienza di ciò che hai vissuto.

Per prima cosa, custodisci il tuo pianto di bambino in un luogo sicuro, quel pianto esausto che si fa melodia, e singhiozzo nel sonno. Tieni sempre a portata di mano la mappa per raggiungerlo e, quando sei lì con l'Altro, getta un velo nell'abisso che vi unisce e vi separa a un tempo. Non stancarti di guardarci dentro. Resta immobile, aspettando che l'onda rifluisca: state rivivendo qualcosa che non vi ha ucciso allora, e non lo farà adesso.

Non spaventarti dell'amore e dell'odio, non prenderti troppo sul serio. Conserva lo stupore per essere sopravvissuto, consegnati alle tue ferite, lascia che brucino.

Non aver paura: impara a indietreggiare fino a perdere l'equilibrio e cadere a precipizio. Poi apri gli occhi e sorprenditi di essere ancora lì, per ricordarlo.

Non vergognarti mai di quello che senti, perdonati per tutto. I pazienti perdonano, 'solo' perché resti vivo.

Sognavo di diventare psicoterapeuta. Ce l'ho fatta perché altri hanno creduto in me, prima che potessi crederci davvero. Se ce l'ho fatta io, chiunque tu sia, puoi farcela anche tu.

Non è un mestiere per giovani, ma nemmeno per vecchi: perciò lascia che i due bambini si prendano per mano, lasciali giocare. Non disturbarli, intervieni il meno possibile. Guarda, e impara.

So che è già dura, e lo sarà ancora, ma credimi: ne vale la pena.

**Loriana D'Ari**