

Che cosa succede
se la relazione affettiva
si interrompe?
Forse si intrecciano delusione
e voglia di rinascita.
Ce ne parla la canzone
E se poi
di Malika Ayane.



Ritrovarsi improvvisamente soli

ELISA DONDI
LUCA PALAZZI

Abbiamo sempre più bisogno di prenderci tempo per rileggere le nostre esperienze di vita o regalare spazio perché anche gli altri trovino il giusto contesto per compiere quest'operazione così decisiva per un adulto.

Ogni esperienza vissuta che si fa riflessione porta con sé un insieme di pensieri ed emozioni spesso contrastanti. Soprattutto se si parla di relazioni spezzate, legami che si sciolgono e di una solitudine che improvvisamente riprende spazio in modo travolgente nella nostra vita.

La ricerca di un nuovo equilibrio

Le emozioni e pensieri che scaturiscono dal ritrovarsi improvvisamente soli, si muovono spesso tra due estremi: tra distacco e attac-

camento, tra solitudine e desiderio di una nuova relazione.

Si cerca un fragile equilibrio tra il desiderio di ritrovare un po' se stessi – abitando la propria solitudine per dare solidità e convinzione alla scelta compiuta – e dall'altra il desiderio del cuore di trovare un nuovo legame, di fare i conti con una storia che comunque ha cambiato la vita.

La fine di una storia d'amore

Questo testo racconta con delicatezza e originalità la fine di una storia d'amore e la capacità di ricominciare quando qualcosa si è spezzato.

Le parole di questa delicata canzone che sembra scivolare via senza tante pretese, ci riportano a un momento di rivisitazione di

una relazione interrotta. I toni e le considerazioni ci fanno pensare che sia trascorso già un po' di tempo e che alla rabbia e alla frustrazione iniziali sia subentrata ora una certa ferma consapevolezza, quella cioè di dovere fare i conti con quello che è stato e quello che desideriamo per il futuro.

Una consapevolezza infatti che ora mischia insieme amarezza e nuova libertà. Mescola delusione e un senso di freschezza per un qualcosa che deve ancora raggiungerci ma che si percepisce come vitale e che solo un tempo di distacco può accogliere.

Ripartire da se stessi

Se è vero che non si può cambiare senza cambiare anche il nostro mondo, quello che

ci circonda, è altrettanto vero che è sempre da noi stessi che è necessario partire. L'autrice scrive *“anche l'abitudine è un bel posto per ritrovare me”* esemplifica in questa frase la necessità di rinnovamento che ogni piccola o grande frattura porta con sè. Ed è spesso nelle cose quotidiane che possiamo ritrovare un centro, nelle persone che ci conoscono meglio.

L'abitudine, che spesso è usata come sinonimo di noia e banalità, in questo caso è lo strumento per restare attaccati al mondo ed evitare che le delusioni dolorose ci stradichino.

Se – come detto – in questo brano si racconta di un forte senso di solitudine che spesso accompagna i tempi successivi a una feri-

E SE POI

Malika Ayane (*Ricreazione - 2013*)

E se poi
capissi che
tutto è uguale a prima
e come prima
mi sentissi inutile

Io non ho mai
pensato se
anche l'abitudine
è un bel posto
per ritrovare me

Ma senza di noi
ho ancora
quella strana voglia di
sentirmi sola
senza di noi
ma non da ora
se non altro per vederti
andar via ancora

E se mai
cercassi te
sarebbe per paura
e la paura
è sempre quella
a vincere

E tu non puoi
far finta che
niente sia cambiato
dopo il cuore che ho
strappato
via da te

Ma senza di noi...

Senza di noi
ho ancora
quella smania
di fuggire via da sola

ma senza di noi
chi vola?
sono solo ali e piume
e nient'altro ancora

Certo
che non ha prezzo il tempo
passato insieme a spasso
tra questo mondo e un altro
per trovare l'universo
adatto al nostro spazio
ogni giorno più stretto
per contenere i sogni
tutti dentro ad un cassetto
ed ecco perché scappo
ora ricordo e scappo
ho solo tanta voglia
di sentirmi viva adesso

Ma senza di noi...

ta, è anche vero però che tale sentimento risuona come rigenerativo.

È il momento in cui, infatti, ridefiniamo i nostri confini, e ci osserviamo per ciò che siamo diventati. La solitudine ci mette alla prova duramente ma ci permette di costruire tanto di noi, perché solo nella solitudine ci conosciamo davvero.

Uno sguardo sulla vita

Le paure riemergono, sempre le stesse, ma ora sappiamo conviverci; sono lì, ma, rigenerati da una consapevolezza nuova, riusciamo a stare in piedi. Le osserviamo da lontano, senza caderci dentro e questo è già abbastanza.

Questa riflessione che nasce da una ferita

che lentamente tenta di rimarginarsi, si apre ad uno sguardo sulla vita. Ci parla della necessità – e insieme della fatica – di riconciliarsi con un'esperienza dalla quale sappiamo dover trarre comunque insegnamento perché ha per lungo tempo dato forma alla nostra vita.

Quella vicenda è stata comunque una ‘scuola di vita’ perché anche attraverso di essa si è cercato di trovare un ‘tempo ed uno spazio’ abitabili per sé. Un’occasione che ci ha costretti a quel *discernimento* che permette di scegliere ciò che davvero dona vita, senza lasciarsi rinchiudere nell’angusto di esperienze che non sempre abbiamo il coraggio di lasciare e che in realtà, talvolta, si rivelano mortifere.



Certo
che non ha prezzo il tempo
passato insieme a spasso
tra questo mondo e un altro
per trovare l'universo
adatto al nostro spazio
ogni giorno più stretto
per contenere i sogni
tutti dentro ad un cassetto
ed ecco perché scappo
ora ricordo e scappo
certo
che non ha prezzo il tempo
tu restami un po' addosso



Vai sul sito: trovi materiale
per un incontro sul tema