

## UNA VITA IN CORSIA

Ho appreso con entusiasmo che Asia Modena ha avviato un'attività di "Mindfulness" in ospedale. Per quanto mi riguarda è stata una meravigliosa idea quella di dare vita a questo progetto con coloro che stanno vivendo momenti particolarmente difficili della loro Vita.

Dico questo perché sono 40 anni che frequento ospedali... Non ho mai potuto praticare nessun tipo di attività fisica diverso dal nuoto o dalla bicicletta. Ero sempre quella "esonerata" da tutto.

Ho iniziato a subire interventi alle gambe dall'età di 12 anni e all'epoca gli ospedali erano tali a tutti gli effetti. Eravamo tutti molto soli: non c'erano i clown di corsia a strapparci un sorriso, non passava Babbo Natale e tantomeno la Befana. Non c'erano nemmeno i volontari.

L'unica presenza diversa dai medici erano due suore ed una maestra. Le giornate erano molto lunghe e la sera non arrivava mai. Il paesaggio era molto bello, sulle colline di Bologna... Grandi abeti e alberi di conifere svettavano alti fuori dagli enormi finestroni dai quali filtrava molta luce. In inverno la nebbia ci ingoiava tutti quanti.

Ho pensato molto che il destino si fosse accanito contro di me, fino a quando ho incontrato bambini mutilati dalla guerra e di colpo mi sono ritrovata adulta con molta responsabilità sulle spalle. Bloccata dentro ad un gesso che andava dai piedi fino quasi ai denti, ho cercato di alleviare le nostre giornate là dentro. Ho letto fiabe, giocato alla parrucchiera, fatto compiti a tutti (considerando che ero la più grande di età), abbiamo recitato preghiere, cantato canzoni e persino organizzato concerti con le stecche di ferro delle testate dei letti che "cigolavano".... Ho asciugato lacrime.....

In tutti questi anni sono venuta a contatto con tante storie, ho conosciuto molte persone, ciascuna delle quali con enormi fardelli sulle spalle. Ho visto mamme piangere, ragazzi giovani malati oncologici lottare molto... Ho visto tante vite scorrere, compresa la mia....

Per questo è di vitale importanza portare avanti il progetto di Asia all'interno degli ospedali. Ci si sente meno soli e la sofferenza fisica e mentale possono essere alleviate. Anche solo un paio d'ore possono aiutarci a ritrovare il nostro equilibrio mente-corpo. E' di questo che hanno bisogno gli ammalati....

Il mio personale ringraziamento ad Asia, a nome di tutti quelli che stanno combattendo con un "nemico" sia esso visibile o invisibile...

MILVA