

La Vertigine



*Pensiamo spesso
alla vertigine*

...e al momento
in cui si presenterà e che
non conosciamo.

La vertigine.....

...è semplicemente
la perdita del senso
della gravità :-).
E' l'esperimento
di un volo certamente
non banale, che termina.

A NOI...

...non manca l'esperienza,
e sappiamo cosa fare.

Così vi è ...

..... chi cerca il buio e chi
blocca lo sguardo verso un
punto fisso che non sia
vicino. Chi li socchiude e chi li
stringe e chiude
completamente.

.....

...si sperimenta la posizione migliore.

Si può non gradire il contatto di alcuno che invece prova ad aiutarci.

Cerchiamo...

...con affanno le pillole, le
gocce o altro e si attende il
trascorrere delle ore
sprofondando a volte anche
nel sonno.

Si...

...suda tantissimo e si
dimagrisce persino - non male



E dopo...

...ci occorre un pò di tempo
per ritrovare la fiducia dei
nostri movimenti e ripartiamo
alla velocità di un bradipo.

In quei momenti...

..... può persino accadere di gridare parole coloratissime, da restare sorpresi o lasciar basiti chi ci soccorre 😊

Ma c'è quel PRIMA che spesso ci ALLARMA e ci fa
consumare energia con i suoi PENSIERI.
Quel PRIMA che stanca e che regala inquietudine.

Spesso pensiamo...

...al rischio del
sopraggiungere della
vertigine, ma non
conosciamo il momento e il
luogo.

*In genere
non riceviamo...*

...alcun invito al ballo e con il
debito anticipo. A noi non
dispiacerebbe organizzarci e
prepararci 😊

Nel caso...

...noi vorremmo persino
programmarla 😊



Ma!!!!

Accade...

...che LEI si presenti o cominci ad annunciarsi quando siamo entusiasti di qualcosa in cui ci stiamo impegnando o quando sono poche le ore che ci separano da un evento atteso, speciale o impegnativo 😊

E ovviamente...

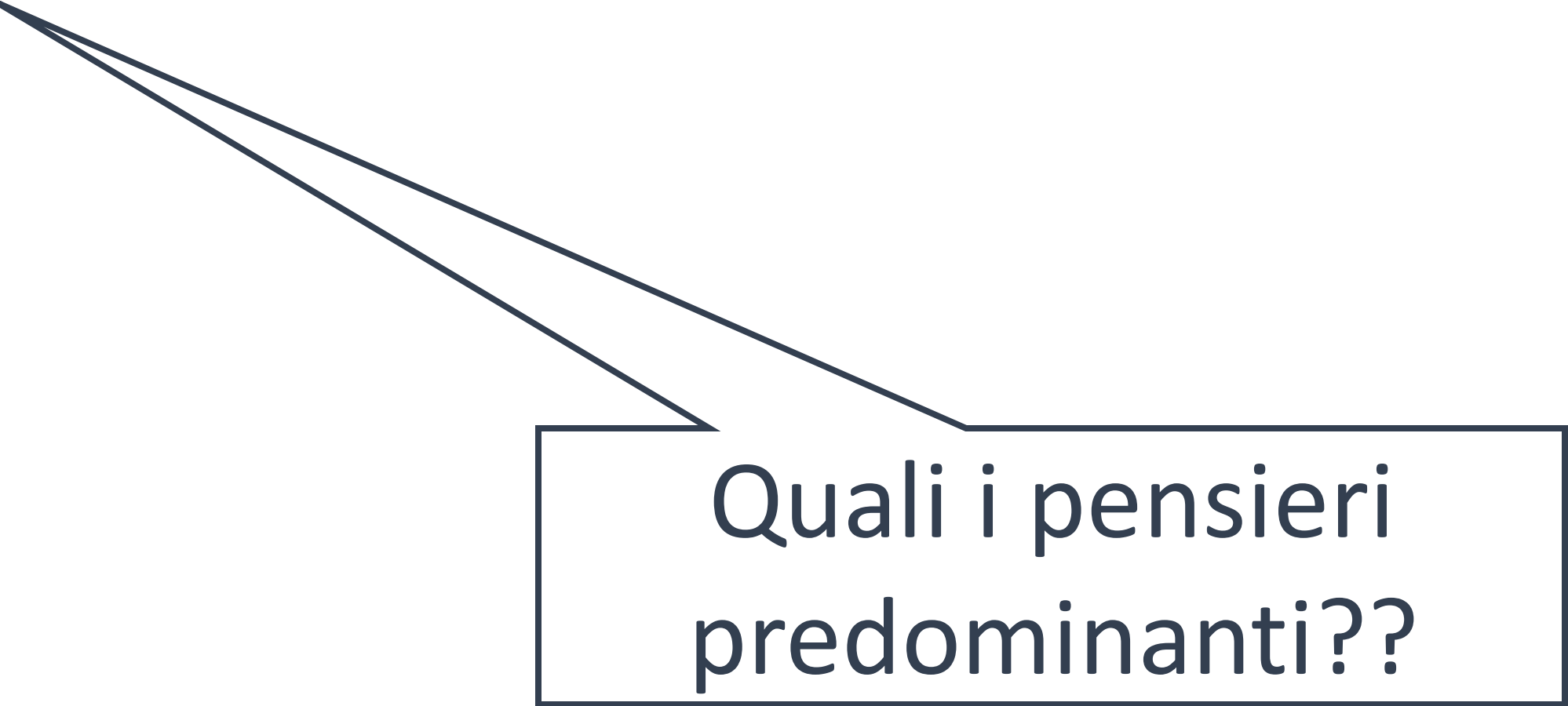
...nelle ore di lavoro o mentre
si avvicina l'impegno
lavorativo.



Così...

Iniziamo...

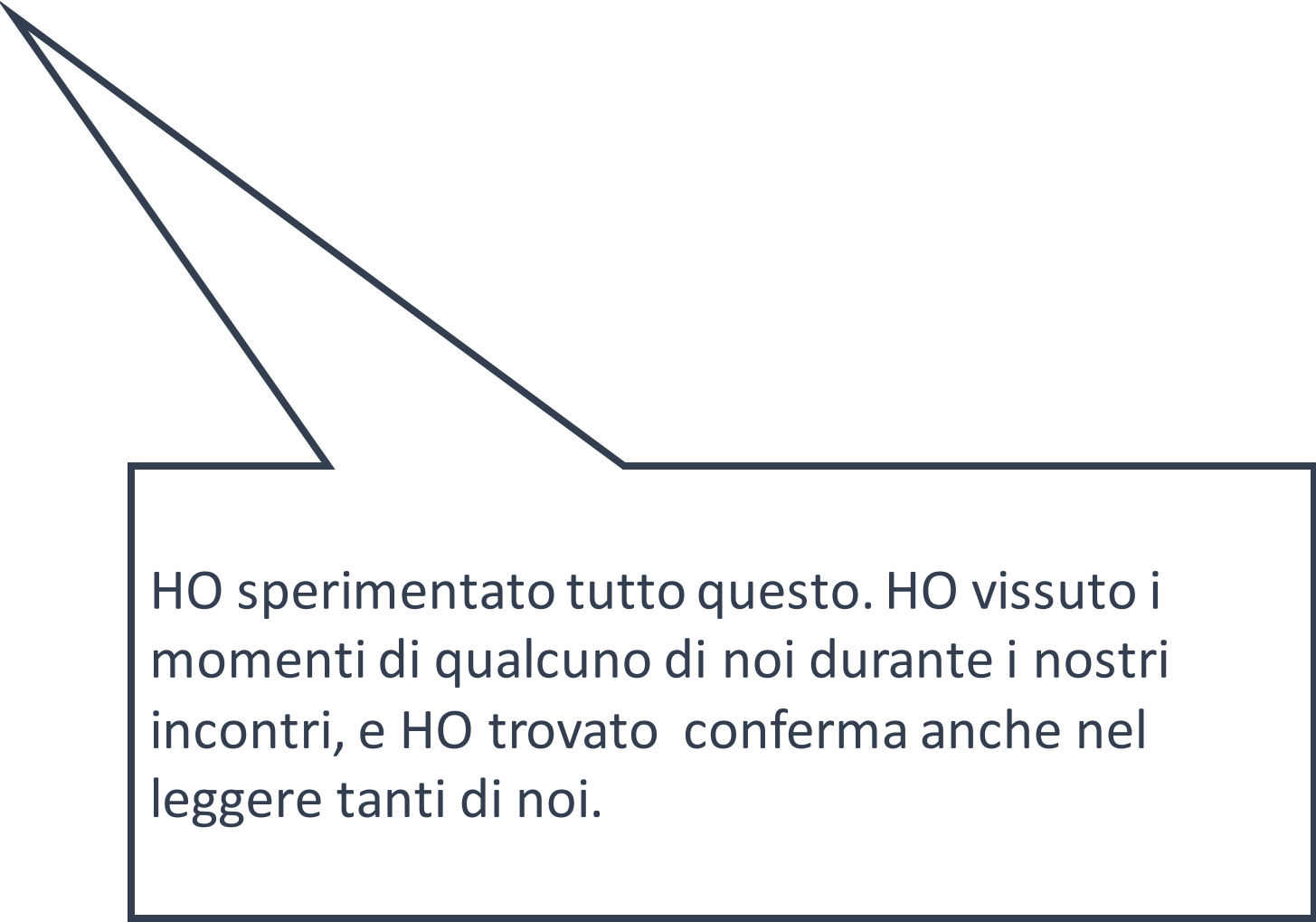
... a preoccuparci di dover
cancellare i programmi o
diventano tante le domande
sul cosa fare se....!!!



Quali i pensieri
predominanti??

Il grande timore...

- ✓ di stare molto male e in fondo ritrovarsi nuovamente sorpresi dall'invadenza;
- ✓ che tutto accada in presenza di altri, in un luogo pubblico mentre interagiamo con amici o altre persone, mentre viaggiamo;
- ✓ di non poter partecipare e vincere per l'impegno tanto atteso o a cui presentarsi e ove contribuire



HO sperimentato tutto questo. HO vissuto i momenti di qualcuno di noi durante i nostri incontri, e HO trovato conferma anche nel leggere tanti di noi.



CHE FARE?

Provare sempre...

.....a ricordarsi che passa.
Banale, ma vero 😊 . La
pazienza è importante.

*Non
preoccuparsi...*

.....MAI della 'vergogna' o imbarazzo se ci si trova in un luogo pubblico, MAI.

Io, vi ho pensato spessissimo nel passato. La paura mi accompagna anche oggi, ma senza di lei forse non riuscirei a tentare di superarmi. Impariamo un nuovo coraggio e una diversa fiducia in noi stessi. Certamente non possiamo diventare EROI.

Possiamo viaggiare da SOLI per l'Italia, in questa Europa e oltre. Oppure camminare nella nostra città, divertirci in uno sport, impegnarci in una nuova attività sfidante, fare la spesa in mezzo a tanta gente. E durante tutto questo lei giunge.

Tutta questa normalità ci regala a volte timori fastidiosi e pesanti, ma concludo che in qualche modo faremo: ci potremmo accartocciare in un angolo di un aeroporto in attesa di stare meglio. Si può chiedere aiuto al tassista. Ci porteranno da qualche parte per il soccorso. Il collega ci assisterà. Il cameriere proverà ad aiutarti. La signora impegnata nell'acquisto delle uova ci offrirà parole di conforto e intanto chiederà supporto. Altri resteranno basiti, ma costoro non sanno e non possiamo sorprenderci della loro reazione. Semplicemente spiegheremo sempre cosa ci accade. MAI, FEAR!

*E se poi
cambiamo i
nostri programmi...*

- con un sorriso si può accettare la 'sconfitta' momentanea;
- si parcheggia se stessi per un poco;
- siamo certi che vi è poi l'altro tempo con le sue sfide;
- altri sorrisi e soddisfazioni ci attendono, e ce le andremo a prendere e vivere.



Poi? 😊

