“*PRIMA DI SALPARE*”



*“Le lacrime, da sole, bruciano.*

*Se trasformate in parole, aiutano.”*

In questi giorni in cui ognuno è consegnato a se stesso - a ciò che lo fonda e a ciò che lo sostiene - si impone una riflessione intima e collettiva sul senso profondo di quel che sta accadendo.

La morte, grande straniera, è uscita dall’angolo buio in cui l’avevamo relegata, sommersi dal ritmo frenetico delle nostre giornate. Si muore, ora è evidente.

E si muore soli.

La chiesa dell’ospedale adibita a obitorio. Non una mano, nemmeno una voce che possa accompagnare chi sta compiendo l’ultimo passaggio.

Fra le tante ombre che oscurano queste ore, la solitudine di chi soffre – e di chi muore – mi pare la più buia. Insieme al dolore di chi non può salutare con un ultimo umanissimo gesto.

Nessun congedo. Solo uno strappo.

**L’Associazione CONFINE - offrire cittadinanza al dolore** vuole esprimere vicinanza e solidarietà alle persone in lutto e si rende disponibile a offrire sostegno e accompagnamento. Non essendo attualmente possibili incontri diretti, siamo raggiungibili telefonicamente ai seguenti numeri:

348 8252081 mattina (9/12)

345 9184804 mattina e pomeriggio (9/12 e 15/18)

338 5899519 mattina (9/12)

338 3013244 pomeriggio (15/18)

Lasciar andare è difficile, ma è un atto di generosità.

Come ci ricorda Sono Santacroce con queste parole scritte poco prima di salpare ….

*Non star lì mentre i tuoi capelli diventano grigi,*

*ben presto i mari sommergeranno la tua piccola isola.*

*Così, finché c’è ancora l’illusione del tempo,*

*parti per un’altra riva.*

*Non ha senso fare le valigie.*

*Non riusciresti a issarle sulla barca.*

*Da’ via tutto ciò che hai raccolto.*

*Tieni soltanto nuovi semi e un vecchio bastone.*

*Manda qualche preghiera al vento prima di salpare.*

*Non avere paura.*

*Qualcuno sa che stai arrivando.*

**Associazione CONFINE - Offrire cittadinanza al dolore**, Via Mantova 38 c, Cremona

**DARE VOCE AL DOLORE**

****

Maria Angela Gelati, tanatologa e formatrice, suggerisce a tutte le persone che non hanno potuto prendere congedo da un proprio caro di celebrare un intimo rito.   
Per salutare. Ringraziare. Ricordare.

Non esiste un modo particolare perché i rituali possono essere intrapresi in qualsiasi momento.

Di seguito, alcune indicazioni, ma è importante che ognuno si senta libero di celebrare e commemorare ascoltando la voce del proprio cuore.

* E’ opportuno prevedere un orario e individuare lo spazio più idoneo.
* Esprimere sentimenti di dolore e parole di gratitudine per condividere, anche se a distanza, il conforto e la vicinanza delle persone, alternati da “*momenti di silenzio*” in omaggio al defunto.
* Ogni familiare, senza fretta e senza forzature o imposizioni, può prendere parola e dare voce al dolore. E’ bene fare esprimere anche i bambini che sono il catalizzatore della famiglia. Di fronte all’evento luttuoso sono più in sintonia di quanto non si creda con i sentimenti degli adulti.
* Una preghiera laica esprime la mia vicinanza a tutti coloro che condividono nel dolore il lutto di questo tempo.

*Accendo questa candela*

*perché la sua fiamma*

*brilli nel silenzio mattutino*

*nel pomeriggio ardente*

*nella notte che viene.*

*Accendo questa candela per noi.*

*Il mio amore ti accompagni*

*in questo viaggio*

*insieme al popolo di stelle.*

*La tua essenza brilli forte*

*così che possa vederti o sentirti*

*così che possa calmare la paura*

*e asciugare le lacrime.*

*Un*

*Buon viaggio*

(su gentile concessione di Maria Angela Gelati)