

## INTRODUZIONE

*Semplicemente illumina* è in fondo un viaggio.

Che per me è cominciato quasi per caso, un giorno di qualche anno fa in cui, prima di andare a dormire, mi sono fermata a ripensare alla giornata, alle cose vissute, viste, sentite. Alle storie incontrate e sfiorate, e a quello che tante sfumature, anche nelle piccole cose, mi avevano raccontato ed aiutato a riscoprire. E, con la scusa di non volerli lasciar scappare, quei pensieri, quelle immagini, quei volti, quei suoni nati dalle esperienze personali vissute hanno preso vita in parole, che ho condiviso con i miei «amici» su Facebook. Così sono nate le mie #buonanotte.

Come un esercizio personale per cercare di fare ordine e silenzio in me, per riguardare la giornata appena trascorsa alla ricerca di un senso più ampio, per alzare il volume su particolari osservati che a volte la fretta e la frenesia avevano fatto scivolare subito via, appiccicandosi però nel retro dei miei pensieri. Un modo per tirare fuori domande, interrogativi, propositi, mettere a nudo tutti i miei fallimenti, i miei attaccamenti, tutto ciò che era costato fatica. Un modo per imprimere, per lasciare traccia di quello che ogni gior-

nata lavora in me. Qualcosa che a volte potrà sembrare una preghiera, da leggere destinata a Dio, per chi crede, o più semplicemente alla Vita. E questo per riempire, seppur virtualmente, quel foglietto che tenevo sul comodino dal titolo «Le cose che devo imparare», sopra a cui mi sarei voluta appuntare la lista le cose da non dimenticare e che invece è sempre, forse per fortuna, rimasto vuoto, dandomi modo di re-imparare ogni volta.

Scrivere la #buonanotte è diventato un modo per concludere e consegnare la pagina di una giornata e prepararmi per la prima volta della giornata successiva. Condividere «ad alta voce» questi passaggi nati dalle esperienze quotidiane, poi, mi aiuta ad essere più vera e onesta con me stessa nel giudicare quanto ho ricevuto dagli altri, quanto ho lasciato di me in chi ho incontrato, quali i punti su cui devo migliorare, quali i talenti ricevuti da provare a continuare a far fruttare.

Sono pensieri che in realtà vanno bene per dirsi buonanotte, buongiorno... buona vita. Per questo ho scelto, nonostante siano nate come «#buonanotte», di non mettere troppa enfasi sull'aspetto della notte e del buio. Perché è vero, questo è un mio esercizio personale, quindi a volte i riferimenti sono necessariamente alla mia vita, ai miei incontri. Ma ho la speranza che questo viaggio

negli intralci della mia quotidianità possa in qualche modo far spazio anche in te a quella luce che, quando sappiamo metterci con verità davanti a noi stessi, semplicemente illumina, anche gli angoli più bui della nostra vita, fino a farci trovare il modo e darci la forza di renderli più belli.

Trovate la mia #buonanotte online su Facebook, cercando la pagina «Semplicemente illumina» o digitando fb.me/semplimenteillumina.

Se invece volete scrivermi, raccontarmi se e cosa questi pensieri hanno suscitato, sarò contenta di leggervi.

*Daniela*  
semplimenteillumina@baudins.it



# 1

Non sono le certezze a tenerci vivi, ma i nostri dubbi. Perché sono le strade spigolose che ci mettono in ricerca, e non ci fanno mai sentire arrivati.

# 2

Entrando in ospedale per andare a dare il benvenuto a Pietro mi ha colpito la possibilità di quel luogo di essere contemporaneamente terra di vite che iniziano e di vite che si spengono. Luogo dove puoi incontrare la gioia e l'emozione di fronte al miracolo della vita che prende forma; e luogo del dolore, dove le mani smettono di stringere e dove cessa il suono di un respiro. Due realtà così lontane e opposte che pure senza mai incontrarsi si consumano lì, l'una vicina all'altra. Contemplavo attraverso le manine di Pietro la bellezza della Vita, che può rinascere nuova ogni giorno, se noi lo vogliamo e lo permettiamo.

## 3

Frequentando giornalmente uno stesso luogo, ho imparato a riconoscere chi entra da come apre la porta: chi con più forza, chi con un tocco più leggero. Mi ha colto il pensiero di quelle persone che sono entrate in punta di piedi nella mia vita, quelle che invece hanno aperto la porta con molta forza. Ognuno a modo proprio. Ma soprattutto mi sono chiesta come io entro nella vita degli altri: se con irruenza oppure capace di girare delicatamente la maniglia, nel rispetto di tutto ciò di cui l'altro è portatore.

## 4

Ieri, guidando per molte ore in autostrada, mi hanno colpito le dinamiche che si instaurano durante la guida: ti metti a destra, poi ti sposti a sinistra per superare, e ti rimetti di nuovo a destra. Può succedere che da lì a poco la macchina che hai superato ti supera e magari la vedi «scappare». Poi ad un certo punto, dopo tanti chilometri, la ritrovi e sei tu a superarla, in una fisarmonica infinita. Come nella vita, dove non conta arrivare per primo, ma capire in ogni momento quale passo puoi fare, senza rincorrere nessuno. Perché ognuno di noi ha il suo tempo, il suo luogo, la sua storia.