

Ubiliber, *Linfa 03*

UNA CAMIONATA DI MERDA

E altre storie di quotidiana felicità

Traduzione di Teresa Albanese

AJAHN BRAHM

Copyright © Buddhist Society of Western Australia, 2004
Opening the Door of Your Heart was first published in Australia in 2004
by Lothian Books now an imprint of Hachette Australia Pty Ltd and this Italian
language edition is published by arrangement with Hachette Australia Pty Ltd.

Titolo originale: *Opening the Door of Your Heart*
© Buddhist Society of Western Australia, 2004
by arrangement with Hachette Australia Pty Ltd.

Publicato da Ubiliber, Roma
© 2022 Unione Buddhista Italiana
Tutti i diritti riservati

Nessuna parte di questo libro può essere utilizzata o riprodotta
in alcun modo senza autorizzazione scritta, tranne in caso
di brevi citazioni comprese in articoli e recensioni.

ISBN 979 12 80340 07 8

ubiliber.it

Sommario

Prefazione alla nuova edizione	7
Introduzione	9
Perfezione e senso di colpa	15
Amore e impegno	33
Paura e sofferenza	49
Rabbia e perdono	69
Creare la felicità	89
Problemi fondamentali e soluzioni compassionevoli	109
Saggezza e silenzio interiore	139
La mente e la realtà	157
Valori e vita spirituale	169
Libertà e umiltà	185
Soffrire e lasciare andare	209
Glossario	239
Nota dell'autore	243
Ringraziamenti	245
Biografia dell'autore	247
Indice	249

La vita è una serie di storie che si intrecciano, non un insieme di concetti. Le idee sono generalizzazioni, sempre un po' distanti dalla verità. Una storia, con tutto il suo assortimento di significati e la sua ricchezza di dettagli, è molto più vicina alla vita reale. Per questo ci riesce più facile stabilire un contatto con le storie, piuttosto che con le teorie astratte. Le belle storie ci piacciono.

Dopo tanti anni che usavo le storie come strumenti didattici, una giovane mi ha chiesto se avessi mai pensato di raccoglierle in un libro. Aveva superato un divorzio doloroso e mi ha confessato che queste storie le avevano impedito di uccidersi. «*Per favore*, le racchiuda in un libro, così potranno aiutare altri come hanno aiutato me» implorò.

Un monaco ama la vita semplice, quindi ho cominciato a procrastinare. “Non fare mai oggi quello che puoi rimandare a domani, perché potresti morire questa notte stessa!”: è il mio credo di monaco. E così lei ha trascritto alcune delle storie da sola e me ne ha mandato una copia. Erano scritte così male (penso che quella furbastra lo abbia fatto apposta) che non ho avuto altra scelta che riscriverle da capo. Stranamente, ci sono volute solo quattro settimane, lavorando due ore al giorno, a mano: sembrava che fluissero senza sforzo. Da allora sono state vendute in svariate migliaia di copie, e in lingue diverse. La settimana scorsa ho scoperto che l'edizione thailandese è stata distribuita in più di centomila copie. Essendo un monaco buddhista, sono a mio agio nel vedere questa nuova edizione con una copertina nuova, perché la considero una *reincarnazione* dell'edizione precedente.

Un paio d'anni fa, un pastore battista mi ha chiamato da Adelaide per chiedermi se potevo usare le storie di questo libro per il suo lavoro di missionario! Ho accettato senza indugio, ringraziandolo per il com-

plimento. Queste storie di saggezza sono fatte per abbattere le barriere che separano le brave persone di tutte le religioni, o di nessuna.

Nel 2007 molte delle storie sono uscite a puntate sul più grande quotidiano della Thailandia. Di recente, un conoscente mi ha detto di aver sentito un suo amico non religioso raccontarne una durante un tradizionale barbecue australiano. Poi, un paio di settimane fa, una donna di mezza età è venuta dalla Svizzera solo per incontrarmi a Perth ed esprimermi la sua riconoscenza per aver scritto questo libro. È arrivata al mio monastero stringendo una copia consumata dell'edizione tedesca, dicendomi che aveva sofferto di depressione, ansia e altro. Si era sottoposta a costose terapie presso vari psicologi e aveva assunto diversi farmaci. Poi aveva trovato questo libro e aveva cambiato il suo modo di vedere la vita, e adesso è una donna molto più felice, libera dalle medicine. Per questo ha sentito il bisogno di venire in capo al mondo per ringraziarmi. Mentre firmavo tutto contento la sua logora copia, lei è scoppiata a piangere.

8 Per me questi sono i proventi del libro. Mi auguro che le semplici storie di vita che vi sono contenute possano continuare a offrire aiuto nell'alleviare i dolori della quotidianità, mostrandola da un'altra prospettiva. Se ne saranno capaci, a un monaco buddhista non servono altri diritti d'autore.

Ajahn Brahm
2008

Le storie di questo libro sono state raccolte nei trent'anni che ho trascorso da monaco nella tradizione della foresta del buddhismo theravāda. Per molti secoli, il theravāda è stato il principale veicolo della spiritualità per i popoli di Thailandia, Birmania, Sri Lanka, Cambogia e Laos. Oggi questa forma di buddhismo si sta espandendo anche in Occidente, e persino nell'emisfero australe, visto che io abito in Australia!

Spesso mi viene chiesto che differenza ci sia tra le varie correnti del buddhismo: theravāda, mahāyāna, vajrayāna e zen. La risposta è che si tratta sempre della stessa torta, ma con la glassa diversa: all'esterno potrebbero apparire differenti nell'aspetto e nel gusto, ma se si scava a fondo nella tradizione si trova lo stesso sapore, il sapore della libertà. All'inizio di buddhismo ce n'era uno solo. Il Buddha insegnò nell'India nordorientale circa 2600 anni fa, un secolo prima di Socrate. Non predicava solo a monaci e monache, ma a molte migliaia di persone comuni, come raccoglitori di riso, spazzini e persino prostitute. La saggezza del Buddha non nasceva come la rivelazione di un essere soprannaturale, ma scaturiva da una comprensione profonda dell'autentica natura della vita. Gli insegnamenti del Buddha gli sgorgavano dal cuore, aperto dalla meditazione profonda. Come notoriamente disse: «È in questo corpo lungo un paio di metri, dotato di una mente, che si trovano l'origine e la fine del mondo».*

L'insegnamento fondamentale del Buddha era costituito dalle quattro nobili verità.

Rimaneggiando il loro ordine consueto, esse sono:

* *Devaputta Samiyutta, Sutta n. 26.*

1. la felicità;
2. la causa della felicità;
3. l'assenza della felicità;
4. la causa di tale assenza.

Le storie di questo libro ruotano intorno alla seconda nobile verità, la causa della felicità.

Il Buddha era solito usare le storie per insegnare. Anche il mio maestro, il defunto Ajahn Chah della Thailandia nordorientale, insegnava per mezzo delle storie. Dopo uno dei suoi discorsi, erano le storie che mi rimanevano più impresse nella memoria, soprattutto quelle buffe. Inoltre, le storie veicolavano le istruzioni più importanti sul sentiero per la felicità interiore. La storia era il messaggero che trasportava i suoi insegnamenti.

Io stesso, per oltre vent'anni, ho usato le storie per insegnare buddhismo e meditazione in Australia, a Singapore e in Malaysia, e in questo libro ho presentato alcune delle migliori. Le storie dovrebbero parlare da sole, quindi ho aggiunto pochi commenti. Ognuna contiene diversi livelli di significato, quindi più le rileggerete, più verità si riveleranno.

Possiate godervi queste storie di autentica felicità quanto coloro che le hanno sentite raccontare dal vivo. E possano aiutarvi a cambiare per il meglio la vostra vita, come hanno già fatto per tante persone.

Ajahn Brahm

Al mio maestro, Ajahn Chah, che ha vissuto in pace.
Ai miei compagni monaci, che mi ricordano la bellezza del silenzio.
E a mio padre, che mi ha insegnato la gentilezza.

Concedetevi un momento di pace, e comprenderete quanto stupido sia stato il vostro frenetico agitarvi.

Imparate a stare in silenzio, e vi renderete conto di aver parlato troppo. Siate gentili, e capirete che il vostro giudizio degli altri era troppo severo.

Antico proverbio cinese

PERFEZIONE E SENSO DI COLPA

Dopo aver acquistato il terreno per il nostro monastero nel 1983, ci trovammo sul lastrico. Eravamo pieni di debiti. Sul terreno non c'erano edifici, nemmeno una sola capanna. Nelle prime settimane dormimmo sopra vecchie porte che avevamo comprato a poco prezzo in discarica; per tenerle sollevate dal terreno le appoggiavamo su mattoni ai quattro angoli. (Non occorre dire che non c'era nessun materasso: eravamo monaci della foresta!)

L'abate aveva la porta migliore, quella piatta. La mia aveva un bel buco al centro, nel punto in cui doveva esserci stata la maniglia. Ero felice che il pomolo fosse stato eliminato, ma restava comunque un cratere al centro. Scherzando, dicevo che non avrei avuto più bisogno di alzarmi per andare in bagno! Ma la dura verità era che dal buco entrava il vento. In quelle notti dormii piuttosto male.

Eravamo poveri monaci che avevano bisogno di costruzioni. Non potevamo permetterci di assumere un muratore: i materiali costavano già fin troppo. Quindi toccò a me imparare a costruire: gettare le fondamenta, disporre cemento e mattoni, erigere il tetto, creare l'impianto idraulico, e compagnia bella. Nella mia vita da laico ero stato un fisico teorico e un insegnante delle superiori, non ero abituato a lavorare con le mani. Dopo qualche anno, diventai piuttosto abile nell'edilizia, e arrivai a chiamare la mia squadra BBC (Buddhist Building Company, Impresa edile buddhista). Ma all'inizio fu molto difficile.

Posare un mattone potrebbe sembrare una cosa banale: basta metterci sotto un pizzico di malta, dare un colpetto qui e un colpetto là. Quando cominciavo a posare i mattoni, battevo un angolo per pareggiarlo, e l'altro si sollevava. Quindi lo abbassavo, e a quel punto il mattone non era più allineato. Dopo averlo rimesso in linea, il primo angolo

lo era di nuovo troppo alto. Provare per credere! Da buon monaco, la pazienza non mi difettava, e nemmeno il tempo. Mi assicuravo che ogni singolo mattone fosse perfetto, non importava quanto ci volesse. Alla fine, completai la mia prima parete di mattoni e feci un passo indietro per ammirarla. Solo allora mi resi conto – orrore! – che avevo trascurato due mattoni. Tutti gli altri erano ben allineati, ma quei due erano storti. Il colpo d’occhio era ripugnante: rovinavano l’intera superficie. Un disastro!

Ormai la malta cementizia era troppo dura per spostarli, quindi chiesi all’abate se potevo abbattere la parete e ricominciare da capo, o, ancora meglio, farla saltare. Avevo combinato un guaio ed ero molto imbarazzato. L’abate disse di no, che la parete doveva rimanere in piedi.

Quando guidavo i nostri primi visitatori nel nostro neonato monastero, cercavo sempre di evitare di farli passare davanti alla mia parete di mattoni. Preferivo che non la vedesse nessuno. Poi, un giorno, circa tre o quattro mesi dopo che l’avevo completata, stavo passeggiando con un ospite e lui la vide.

«Che bella parete» osservò.

18

«Ma signore» risposi, stupito, «ha lasciato gli occhiali in macchina? Ha forse qualche problema di vista? Non vede quei due mattoni storti che rovinano tutto?»

La sua risposta cambiò la mia visione di quella parete, di me stesso e di molti altri aspetti della vita. Disse così: «Certo che vedo quei due mattoni storti. Ma vedo anche i 998 mattoni dritti».

Ero colpito. Per la prima volta, dopo più di tre mesi, riuscii a vedere nella parete altri mattoni a parte i due sbagliati. Sopra, sotto, a destra e a sinistra dei mattoni storti c’erano mattoni dritti, perfetti. Inoltre, i mattoni perfetti erano molti, molti, molti di più dei due storti. Prima i miei occhi si erano concentrati soltanto sui miei due errori; a tutto il resto ero cieco. Per questo non potevo sopportare di guardare quella parete, o di farla vedere ad altri. Per questo avevo una gran voglia di distruggerla. Ora che riesco a vedere i mattoni buoni, la parete in fin dei conti non sembrava più così brutta. Era, come l’aveva definita il visitatore, una “bella parete”. Oggi, vent’anni dopo, è ancora in piedi, ma ho dimenticato dove siano di preciso quei due mattoni storti. Non riesco fisicamente più a vedere quegli errori.

Quante persone interrompono una relazione o divorziano perché

nel compagno o nella compagna non riescono a vedere altro che i “due mattoni sbagliati”? Quanti di noi si deprimono o addirittura contemplanò il suicidio perché in noi stessi non riusciamo a vedere altro che quei “due mattoni sbagliati”? In verità, ci sono molti, molti più mattoni perfetti – sopra, sotto, a sinistra e a destra dei difetti –, eppure a volte non riusciamo a vederli. Ogni volta che guardiamo, i nostri occhi si concentrano esclusivamente sugli errori. Gli errori sono la sola cosa che vediamo, e la sola cosa che pensiamo ci sia, per cui proviamo il desiderio di distruggerli. E a volte, purtroppo, distruggiamo una “bellissima parete”.

Tutti abbiamo i nostri due mattoni storti, ma i mattoni perfetti in ognuno di noi sono molti, molti di più dei difetti. Una volta che ce ne rendiamo conto, le cose smettono di avere un aspetto così tremendo. Non solo possiamo vivere in pace con noi stessi, difetti compresi, ma possiamo anche goderci la vita con il nostro partner. È una brutta notizia per gli avvocati divorzisti, ma un’ottima notizia per voi.

Ho raccontato questo aneddoto un sacco di volte. In un’occasione, un muratore è venuto da me e mi ha svelato un segreto professionale. «Noi muratori commettiamo sempre degli errori» ammise, «ma diciamo ai nostri clienti che sono una “caratteristica unica”, che nessun’altra casa del quartiere può vantare. E poi mettiamo in fattura duemila dollari in più!»

Quindi la “caratteristica unica” della vostra casa è probabilmente nata come un errore. Allo stesso modo, quelli che potreste considerare difetti vostri, del vostro partner o della vita in generale, possono diventare “caratteristiche uniche”, capaci di arricchire il vostro tempo qui, una volta che avrete smesso di concentrarvi solo su di loro.

Il giardino del tempio

I templi buddhisti giapponesi sono famosi per i loro giardini. Tanti anni fa c'era un tempio che vantava il giardino più bello di tutti. I viaggiatori venivano da ogni angolo del Paese solo per ammirarne il disegno raffinato, così ricco nella sua semplicità.

Un giorno un vecchio monaco andò a visitarlo. Arrivò molto presto, poco dopo l'alba. Voleva scoprire il motivo per cui quel giardino era considerato il più suggestivo, quindi si nascose dietro un grosso cespuglio con una buona visuale sui terreni.

20 Vide un giovane monaco giardiniere emergere dal tempio con due ceste di vimini. Nelle successive tre ore, osservò il giovane monaco raccogliere con cura ogni foglia e rametto che erano caduti dall'enorme susino al centro del giardino. Ogni volta che raccoglieva una foglia o un rametto, il giovane monaco se li rigirava sulla mano, li esaminava, rifletteva; se erano di suo gradimento, li riponeva con delicatezza in una delle ceste. Se non poteva servirsene, li lasciava cadere nella seconda cesta, quella dei rifiuti. Dopo aver raccolto e soppesato ogni ramo e foglia, e aver svuotato la cesta dei rifiuti sul mucchio dietro al tempio, si fermò per prendere un tè e preparare la sua mente alla prossima, cruciale fase.

Il giovane monaco passò altre tre ore a sistemare con cura, consapevolezza e abilità ogni foglia e rametto nel posto giusto del giardino. Se non era soddisfatto della posizione di un rametto, lo girava appena o lo spostava un poco più avanti per poi passare, con un sorriso compiaciuto, alla foglia successiva, scegliendo la forma e il colore giusti per la sua posizione nel giardino. La sua attenzione al dettaglio era senza uguali. La sua padronanza nella disposizione di forme e colori era superba. La sua comprensione della bellezza naturale era sublime. Quando ebbe finito, il giardino appariva impeccabile.

A quel punto il vecchio monaco sbucò dal suo cespuglio. Da dietro un sorriso sdentato, si congratulò con il giovane monaco giardiniere: «Ben fatto! Davvero ben fatto, venerabile! Ti ho osservato per tutta la mattina. La tua diligenza merita le più alte lodi. E il tuo giardino... ecco! Il tuo giardino è quasi perfetto».

Il giovane monaco impallidì. Il suo corpo si irrigidì come se fosse stato punto da uno scorpione. Il sorriso compiaciuto gli svanì dalla faccia, precipitando nel grande abisso del vuoto. In Giappone, non ci si può mai fidare dei vecchi monaci sghignazzanti!

«Che... che... co-cosa... intendi?» farfugliò, in preda al terrore. «Che c... che cosa intendi per “quasi” perfetto?» e si prostrò ai piedi del vecchio monaco. «Oh, maestro! Oh, insegnante! Ti prego, concedimi la tua compassione. Di certo è stato il Buddha a mandarti per mostrarmi come rendere il mio giardino davvero perfetto. Insegnami, oh saggio! Mostrami la via!»

«Vuoi davvero che lo faccia?» chiese il vecchio monaco, mentre il suo viso antico si increpava di malizia.

«Oh, sì. Ti prego. Ti prego, maestro!»

E così il vecchio monaco si piazzò al centro del giardino. Mise le braccia, vecchie ma ancora forti, attorno al susino frondoso. Poi, con la risata di un santo, scosse il povero albero come un terremoto! Foglie, rametti e corteccia caddero dappertutto, mentre il vecchio monaco continuava a scrollare la pianta. Quando le foglie smisero di cadere, si fermò.

Il giovane monaco era inorridito. Il giardino era rovinato. Tutto il lavoro di quel mattino era guastato. Avrebbe voluto uccidere il vecchio monaco. Ma questi si limitò a guardarsi attorno, ammirando il proprio operato. Poi, con un sorriso che scioglieva ogni rabbia, disse gentilmente al giovane monaco: «Adesso il tuo giardino è davvero perfetto».

Quel che è fatto è concluso

La stagione dei monsoni in Thailandia va da luglio a ottobre. Durante questo periodo, i monaci smettono di viaggiare, accantonano qualsiasi progetto e si dedicano allo studio e alla meditazione. Questo periodo si chiama Vassa, ovvero “Ritiro monsonico”.

Nel Sud della Thailandia, alcuni anni fa, un famoso abate stava costruendo una nuova sala nel suo monastero della foresta. Quando arrivò il Ritiro monsonico, interruppe tutti i lavori e mandò a casa gli operai. Per il suo monastero, era il momento della quiete.

22 Qualche giorno dopo venne un visitatore, vide l’edificio costruito a metà e chiese all’abate quando la sala sarebbe stata conclusa. Senza esitazione, il vecchio monaco rispose: «La sala è conclusa».

«In che senso “la sala è conclusa”?» rispose il visitatore, interdetto. «Non c’è il tetto. Non ci sono porte, né finestre. Ci sono pezzi di legno e sacchi di cemento dappertutto. Pensi di lasciarla così? Sei fuori di testa? Che significa “la sala è conclusa”?»

Il vecchio abate sorrise e rispose con gentilezza: «Quel che è fatto è concluso» e poi si allontanò per meditare.

È questo l’unico modo per fare un ritiro o prendersi una pausa. Altrimenti il nostro lavoro non si conclude mai.

Raccontai la storia precedente a un pubblico numeroso un venerdì sera a Perth. La domenica dopo, un genitore furioso venne a dirmene di tutti i colori. Aveva assistito alla conferenza insieme al figlio adolescente. Sabato sera, il figlio voleva uscire con gli amici. Il padre gli aveva chiesto: «Hai finito i compiti, figliolo?». E quello aveva replicato: «Come ci ha insegnato Ajahn Brahm ieri sera al tempio, papà, quel che è fatto è concluso! A dopo».

La settimana seguente raccontai un'altra storia.

Molte persone in Australia hanno un giardino, ma solo alcune sanno come trovare la pace nel proprio. Per le altre, il giardino è solo un diverso luogo di lavoro. E così io incoraggio chi possiede un giardino a nutrirne la bellezza lavorando un pochino, e a nutrire i propri cuori sedendosi tranquilli nel giardino, per godere dei doni della natura.

Il primo idiota pensa che questa sia una splendida idea. Decide pertanto di liberarsi da tutti i lavoretti, per poi concedersi qualche attimo di pace nel suo giardino. In fin dei conti, il prato ha bisogno di essere rasato, ai fiori non guasterebbe essere annaffiati, le foglie devono essere rastrellate, ai cespugli serve una potatura, al viottolo qualche colpo di scopa... Come è ovvio, ci vuole tutto il suo tempo libero solo per sbrigare una frazione di questi "lavoretti". Il suo lavoro non finirà mai, quindi non si godrà mai quegli attimi di pace. Avete mai notato che, nella nostra cultura, gli unici che "riposano in pace" si trovano al cimitero?

Il secondo idiota si crede molto più astuto del primo. Mette da parte rastrelli e annaffiatori e si siede in giardino a sfogliare una rivista, magari con immagini patinate della natura. Ma questo vuol dire godersi la rivista, mica trovare pace nel proprio giardino.

Il terzo idiota depone tutti gli attrezzi da giardinaggio, tutte le rivi-

ste, i giornali e la radio e si limita a sedersi tranquillo nel suo giardino, per circa... due secondi! Dopodiché comincia a pensare: “Quel prato ha bisogno di essere rasato. E quei cespugli di una bella potatura. Se non annaffio questi fiori nel giro di pochi giorni, rischiano di morire. E non ci starebbe una bella gardenia, in quell’angolo? Certo! Con davanti una di quelle vasche ornamentali per uccelli. Potrei comprarne una al vivaio...”. Questo significa godersi pensieri e programmi. Di pace mentale non c’è traccia.

Il giardiniere astuto pensa: “Ho lavorato abbastanza, ora è il momento di godermi i frutti del mio lavoro, di ascoltare la quiete. Quindi, anche se il prato ha bisogno di essere rasato e le foglie di essere rastrelate e bla-bla-bla... NON ADESSO”. Così troviamo la saggezza per goderci il giardino anche se non è perfetto.

24 Magari c’è un vecchio monaco giapponese nascosto dietro uno dei cespugli e pronto a saltare fuori per dirci che il nostro vecchio giardino disordinato in realtà è perfetto. In effetti, se guardiamo al lavoro che abbiamo già fatto invece di concentrarci su quello che resta da fare, potremmo comprendere che quello che è stato fatto è concluso. Se invece ci concentriamo soltanto sui difetti, sulle cose che devono essere sistemate, come nel caso del muro di mattoni del mio monastero, non troveremo mai la pace.

Il giardiniere intelligente si gode i suoi quindici minuti di pace nella perfetta imperfezione della natura, senza pensare, senza programmare e senza sentirsi in colpa. Tutti meritiamo di isolarci per goderci un attimo di pace; e qualcun altro merita la pace di averci fuori dai piedi! Poi, dopo esserci conquistati i nostri cruciali, salvifici quindici minuti di pace “fuori dai piedi”, potremo riprendere i nostri doveri nel giardino.

Quando capiremo come trovare questa pace nel nostro giardino, sapremo come trovare la pace in qualsiasi luogo e in qualsiasi momento. E, soprattutto, sapremo come trovare la pace nel giardino del nostro cuore, anche se a volte possiamo pensare che là dentro regni un gran caos, e che ci sia ancora tantissimo da fare.

Qualche anno fa, una giovane australiana venne a trovarmi nel mio tempio di Perth. Spesso i monaci vengono interpellati per un consiglio sui problemi della gente, forse perché costano poco – non facciamo mai pagare la parcella. Questa donna era devastata dal senso di colpa. Circa sei mesi prima lavorava in una remota comunità mineraria nel Nord dell’Australia Occidentale. Il lavoro era duro e lo stipendio buono, ma non c’era molto da fare nelle ore libere. Così, nel pomeriggio di una domenica, propose alla sua migliore amica, e al ragazzo di lei, di andare tutti e tre a fare un’escursione nel *bush*. La sua amica non ci voleva andare, e nemmeno il ragazzo, ma andarci da sola non era divertente. E così lei insistette, assillandoli finché i due non cedettero e non accettarono di partire per la gita.

25

Ci fu un incidente: l’auto si ribaltò sullo sterrato. L’amica della giovane rimase uccisa; il ragazzo paralizzato. La gita era stata una sua idea, eppure lei non si era fatta niente.

Mi disse, con gli occhi pieni di sofferenza: «Se solo non li avessi costretti a venire... lei sarebbe ancora qui. Lui avrebbe ancora le sue gambe. Non avrei dovuto obbligarli. Mi sento malissimo. Mi sento tremendamente in colpa».

Il primo pensiero che mi si presentò nella mente fu di rassicurarla che la colpa non era sua. Non aveva programmato di avere un incidente. Non aveva nessuna intenzione di fare del male ai suoi amici. Sono cose che succedono. Lascia andare. Non sentirti in colpa. Ma il secondo pensiero fu: “Scommetto che questa cosa se l’è già sentita dire centinaia di volte, e a quanto pare non ha funzionato”. E così mi fermai, esaminai la situazione più a fondo, e le dissi che era una buona cosa che si sentisse così in colpa.