LA CASCATA
DELLE RIPETIZIONI

Cascata San Nicolò

Perché ho individuato questo nome?

Perché sotto casa c'è una cascatina sul Mugnone, e l'ho sempre guardata fissa per far andar via i pensieri non piacevoli, mi dava Energia, un giorno più potente, un altro meno, ma mi dava una sensazione straordinaria, ma con il tempo ho sentito che dentro di me ci sono dei meccanismi che continuano a ripetersi.
Guardo la Cascata a San Nicolò e quello che sento profondamente è una forza immensa che viene su con tanto ardore.

È la Domenica delle Palme, giro per Firenze.
Dal Galluzzo mi fermo sotto al Piazzale Michelangelo, guardo la Meraviglia, lo stupore di una Bellissima Firenze, e penso: "Primavera a Firenze", dalla Piazzetta sotto al Piazzale percorro nella mente tutti i momenti che ho trascorso lì, di cui tanti non ci saranno mai più.
Come non ci saranno mai più tante altre cose nella nostra vita, dopo che la Pandemia sarà finita.

Percorrendo il Piazzale e facendo delle foto, penso a Mia Madre. È possibile che vivo qui da trentasette anni e il Piazzale mi fa ricordare mia Mamma o mia sorella?
Perché ogni volta che venivano loro facevamo turismo come si deve e anche con mio fratello e la sua famiglia.
Oggi invece ho deciso di stare nella solitudine rimpiangendo il fatto di essere sola il giorno della Domenica delle Palme e quindi di fare la turista.

Ho individuato *La Cascata delle Ripetizioni* nel giro che ho fatto e ho pensato alla mia cara nipote Gabriela che non c'è più, a mia Madre che se ne è andata da poco e mi hanno fatto venire in mente tanta bellezza perché si rideva tanto e la felicità era immensa.

Così mi sono domandata che male c'è se i miei ricordi belli ed intensi riguardano sempre la Famiglia? Che male c'è se la Forza che ho dentro ed il coraggio mi viene da lì?

Come faccio a capire se sono ancorata al passato o se è bello avere questi pensieri?

Ho guardato tempo fa le fotografie, anche lì quanti momenti di felicità, è un attaccamento? È un non voler stare nel presente? Non credo, tutto questo non c'è più e non ci sarà mai più, tutto scorre nella mia *Cascata delle Ripetizioni*.

C'era una sposa cinese e, sapendo che la sposa porta fortuna, me la sono presa tutta questa fortuna.
Continuando il mio percorso in questo tragitto mozza fiato volevo farmi scivolare tutto quello che ho di pesante e che si ripete continuamente, quelle parti che non ti lasciano vedere quante bellezza c'è.
Parlando con me stessa mi sono detta: "Goditi questa giornata anche se sei sola".
La solitudine alle volte è pesante, ma allo stesso tempo è solo in questi momenti che mi ritrovo con tutta me stessa.

Continuo il percorso e trovo parcheggio, cosa rara nella Piazza San Nicolò, zona stupenda.
Cammino intorno e arrivo alla *Cascata delle Ripetizioni* simbolo per me che mi ha fatto individuare subito il mio pensiero da giorni.

Per vari motivi riguardo la pandemia. Non ho potuto vedere mia figlia neanche nei momenti di lutto più pesanti e ora nemmeno il mio nipote, immensa Gioia di tutto questo periodo.
Poi cammino sul Lungarno fino a Ponte Vecchio ed una potente Gioia invade il mio cuore, tutti i *paninai* sono chiusi e penso: faccio la spesa e vado a casa?
No, mi godo questo giorno, questa "Primavera a Firenze", come se fossi una turista che guarda e osserva tutto quanto con tanto stupore e bellezza, come se fosse la prima volta.

Faccio la spesa alla Conad e mi fermo in un giardino su lungarno vicino a Ponte Vecchio e penso: che fortuna, che meraviglia e tutta quella solitudine è passata.
Penso a quanto sono felice e che voglio farmi scivolare di dosso tutte le cose pesanti nella *Cascata delle Ripetizioni* per sentire la *Cascata delle Emozioni*.

Avevo preso tanta pizza, mi bastava la metà e arriva un ragazzo senegalese che mi chiede di comprare qualcosa ed io gli dico "ho della pizza calda, ti va bene?" Lui mi domanda tre volte se c'è del maiale nella pizza gli dico di no e come me si allontana su una panchina e si mangia la pizza, un'altra grande Gioia che ho provato.
Ah prima di questo sul mio giubbotto è caduta della cacca di piccione e ho pensato anche questo porta fortuna.
Dopo ciò ho dato delle patatine ai piccioni e provavo un'altra bellissima esperienza.

Ero felice, anche se sola percorrendo questa bellissima città dove si ho dei bei ricordi ma anche un percorso di tanta solitudine, ma non perché non mi trovavo benem ma si perché cerco dentro di me continuamente il senso della vita e di tutto quello che succede intorno a Noi, per questo non c'entrano gli altri, anche perché è troppo facile incolpare gli altri e gli avvenimenti, siamo qui per percorrere La Vita e scivolare nelle *Cascata delle Ripetizioni* per sentire la Gioia in ogni momento che è il nostro stato naturale.

E allora Auguro a tutti Noi di vivere la *Cascata delle Emozioni* dove sentire la Gioia che per Assagioli è il nostro stato naturale.

Con gratitudine

Suzana Sturmer

Laureata in Lettere alla Pontificia Università Cattolica di Porto Alegre

SCANSIONA
IL CODICE QR
E VEDRAI
IL VIDEO DELLA
CASCATA