

Il nostro saluto a Paola



Ciao Paola.

Era un po' di tempo che non ci incontravamo.

Sapevamo che non stavi bene, che dovevi fare dei controlli, ma una sera dopo aver finito di lavorare ci siamo detti la verità e ci siamo passati le notizie sulla tua grave malattia.

Stavamo sul pianerottolo dell'Istituto di Pescara dove spesso ci incontravamo durante momenti di pausa nei quali fumavi le tue sigarette e ti confrontavi con i colleghi sul tuo lavoro: il gruppo degli allievi, le terapie, l'andamento dell'Istituto.

Lo facevi sempre con molta discrezione e soprattutto umiltà. L'umiltà era quello che di te più colpiva quando stavi con noi e gli altri.

Sapevi ascoltare, confrontarti, non cercavi mai di avere ragione ma sempre di trovare punti di convergenza, sia con i tuoi colleghi che con i tuoi allievi.

Sembravi sempre pronta ad apprendere da tutto quello che ti accadeva intorno. Scrivevi di continuo e prendevi appunti incuriosita.

I tuoi allievi li abbiamo incontrati davanti alla Chiesa. Stavano tutti insieme.

Ti aspettavano all'uscita per salutarti.

Saresti stata contenta nel vederli, erano discreti, belli ed eleganti; di quell'eleganza reale che si manifesta nello stare in relazione con gli altri attraverso quel "non verbale", quell'implicito, quell'espressione analogica che se condivisa ci rende complici dei propri e altrui sentimenti.

Tu questo lo sapevi trasmettere e far vivere, e loro hanno appreso.

C'era tra i tuoi parenti, colleghi ed amici la voglia di salutarti e tutti condividevamo e riconoscevamo la semplicità e la discrezione che tu desideravi fossero la caratteristica delle tue relazioni e che il tuo essere empatica favoriva.

Ad un certo punto durante la messa ci siamo immaginati che uscissi dalla Chiesa a fumarti una sigaretta per osservare che tutto fosse al suo posto.

Ti arrabbiavi del fatto che la piazza, molto bella, fosse piena di macchine e che quindi non fosse comoda ed accogliente per i tuoi ospiti, ma rassicurata nel vedere che tutto il resto funzionava.

Questa era un'altra delle tue caratteristiche, quella di saper accogliere le persone dentro la stanza di terapia dove si mettevano a lavorare con te senza troppe resistenze perché riconosciute, non giudicate, apprezzate per le persone che sono.

Sapere accogliere era la base di quel lavoro che tu proponevi per ricreare negli individui la voglia di provarci a uscire da quello stallo evolutivo-esistenziale che genera malessere.

Insieme a queste persone, e anche ai tuoi allievi, dimostravi che non sempre si riesce subito a dare risposte in maniera appropriata alle tante domande che ci rivolgiamo e ci rivolgono, dando però sempre la sicurezza che era possibile provarci ad uscire dalla confusione che blocca l'individuo ed il suo sistema.

Proponevi di non aver paura di affrontare il proprio disagio senza sentirsi inadeguati e colpevoli delle difficoltà di non capire anche i segnali più evidenti, a fraintendere le comunicazioni più dirette.

Cercavi di ridare "potere" alle persone, cioè la consapevolezza che l'individuo può recuperare la capacità e le risorse, la voglia di provare a riprendere il proprio ciclo di vita rifacendoti all'insegnamento delle tue didatte Maria Grazia Cancrini e Lieta Harrison.

Poi ti hanno fatta salire sull'automobile, sei andata via con i tuoi parenti più cari, e ci siamo ritrovati tra di noi a camminare per la tua città.

È stato il tuo ultimo regalo.

Ciao

Walter, Diomira, Sheila, Valerio, Rita, Rita, Gabriella, Lucia, Fabiola, Fernando

Poi ciascuno di noi è tornato a casa con i suoi pensieri.

Cara Paola, la morte ha cancellato il dolore e la sofferenza per la malattia che ti ha colpita e che hai combattuto con tutte le tue forze, per te stessa, per la tua famiglia, per gli amici ed anche per noi dell'IPRA. Sì, Paola anche per noi! Non sono cancellate ma nitide le immagini, che si accavallano nella mia mente, del tuo più recente inizio del cammino nel Territorio IPRA come didatta, della tua capacità di mediare e di trovare il positivo, e di abbassare la conflittualità durante le nostre riunioni. Per te l'IPRA era un luogo non solo culturale e di lavoro, ma anche di affetti... Me l'hai detto da tempo, ma soprattutto nell'ultimo periodo "mi manca il gruppo, mi piace proprio tanto la didattica...". E mi chiedevi notizie di come andavano le cose. Mi hai sempre sostenuta fino agli ultimi giorni

e questa tua generosità e altruismo mi lasciavano senza parole! Scorrono le immagini e rivivo il momento in cui mi hai dato la notizia e siamo rimaste abbracciate a piangere... strappandomi la promessa che non l'avremmo più fatto. Al ricordo per il terribile dolore di questo periodo c'è anche quello di averne vissuto uno molto speciale dove la vicinanza e la condivisione mi hanno fatto scoprire quegli aspetti di te che avevo intuito, ma di cui mi davi conferma. Ci siamo scoperte durante un viaggio a Siviglia, organizzato "all'ultimo momento", eri felice, eravamo felici come due adolescenti. Dalla reciproca stima come colleghe è nata una profonda amicizia che mi ha fatto comprendere quella malinconia che a volte mi risultava incomprensibile. Ho apprezzato sempre più la tua notevole capacità di ascolto, di attenzioni e affetto continuo. Di protezione, anche nei momenti più bui della lotta alla tua malattia. Paola, mi mancherai come collega e mi mancherai tanto come amica, mi mancheranno le ore trascorse a mollo al mare come due bambine che si fanno le confidenze, ma anche a parlare di lavoro e dell'IPRA. Io ti voglio ricordare così.

Ciao
Rita L.

Con Paola ho condiviso tanti anni di lavoro in co-terapia nello studio prima che entrasse a far parte dell'IPRA.

La discrezione che l'ha sempre distinta e tutti i dubbi che aveva hanno ritardato la decisione a iniziare un percorso nella formazione come didatta. In questo modo ha potuto portare nella didattica tutta l'esperienza professionale, ma soprattutto tutte le qualità di una persona che la vita aveva maturato. Gli allievi riconoscevano tutto questo e la relazione che si stabiliva con Paola era, oltre che di stima, soprattutto di affetto. Nell'ultimo, doloroso, periodo della sua vita aveva dovuto interrompere il lavoro dello studio e mi aveva affidato alcuni dei suoi pazienti; l'ultima cosa che mi disse fu: mi raccomando, hanno tutti bisogno di una grande accoglienza... La notizia della sua scomparsa li ha sconvolti e tutti mi hanno chiamato non solo per manifestare il proprio dolore, ma per esprimere tutta la gratitudine per averla incontrata. Questo sentimento di gratitudine è lo stesso che provo io, per averla incontrata ed aver imparato da lei il valore della condivisione delle sofferenze. Ecco, questa è stata Paola, una persona, una psicoterapeuta e una didatta per cui l'aspetto umano del nostro lavoro è sempre rimasto al di là di ogni tecnica, in primo piano.

Ciao
Valerio

Paola Di Cosmo nasce e vive a Chieti; psicologa laureatasi alla Sapienza di Roma, matura un interesse profondo per la psicologia che l'accompagna, da allora in poi, nella vita e si trasforma in un tenace ma prudente percorso lavorativo esperito soprattutto nella libera professione. È in quel contesto, dove certo le

appare più agevole esercitare le sue innate capacità introspettive e autoriflessive, che matura la sua esperienza professionale. Prima una lunga psicoanalisi e poi la voglia di allargare o migliorare la conoscenza della complessità umana la spingono ad iniziare la formazione sistemica. Ma è solo dopo qualche anno dalla fine del training che si riavvicina all'IPRA, nata già da alcuni anni, e riprende come allieva didatta a camminare con il gruppo di colleghi e amici. Psicoterapeuti. Tempi diversi di vita che l'hanno avvicinata, allontanata, e di nuovo ritrovata con sorpresa e poi soddisfazione e, come per tutti noi, collegati ad eventi di vita personale. Per lei, ancora giovanissima, incomincia una ricca storia familiare con suo marito Sandro e le figlie Cristina, oggi mamma del primo nipotino di Paola giovane nonna, e Chiara, laureanda in psicologia. Didatta del Centro Studi di Terapia Familiare e Relazionale presso la sede IPRA, ha sempre rappresentato un valido e critico sostegno al gruppo IPRA per gli allievi e per tutti noi.

Ciao