

*Credo di aver iniziato ad usare questa frase nel 2007 quando mi trovavo ad avere una ricaduta dopo l'altra e quando mi presentavo alla classe di Yoga che ci viene offerta dall'Associazione Americana della sclerosi nello stato in cui vivo, e mi veniva ripetutamente chiesto come stavo.*

*E', e lo era pure allora, una gentile signora che si chiama Linda che, ad ogni nostro incontro, faceva la solita domanda di cortesia e la quale aspettava con ansia di sentirmi dire un convinto "fine, thank you" cioè "bene, grazie".*

*Invece, dato che non credevo che fosse una buona cosa mentire ad un'amica, rispondevo semplicemente "ok", e le davo una risposta che, però, non diceva poi molto.*

*Sapevo che la domanda era un semplice gesto di cortesia aggiunto ad un sincero interessamento e la mia risposta era molto breve e semplice e faceva quasi capire che stavo bene a malapena.*

*Non volevo essere una di quelle persone che si dilunga nei dettagli di tutte le cose brutte che accadono nelle loro giornate e, dato che era impossibile che stessi bene fisicamente dato che non potevo camminare da sola e che mi trovavo nel bel mezzo di un'ennesimo attacco, non volevo neppure spaventarla raccontandole i dettagli di tutto ciò con cui stavo convivendo... per cui mi limitavo a dire il solito, breve ok.*

*Ma poi mi sono resa conto che, nel chiedere ad una persona come sta, ci basiamo sempre sull'aspetto fisico di questa e lasciamo da parte il lato emotivo e morale della cosa.*

*Ci basiamo sempre su come ci sentiamo fisicamente e tralasciamo una cosa che, per me, è altrettanto importante: come stiamo e come ci sentiamo "dentro".*

*Quindi, un bel giorno, mentre mi stavo togliendo con grande difficoltà le scarpe per iniziare a far parte dell'incontro di Yoga, ho voluto dare a Linda una diversa risposta e le ho semplicemente detto: "Non chiedermi come mi sento, chiedimi se sono felice".*

*Il fatto è che, per quanto possa sembrare impossibile essere malati ed essere felici allo stesso tempo, quando mi trovo circondata dalla gente giusta, la quale non giudica, non critica e non presta attenzione alle menomazioni dell'altro, mi sento felice.*

*E mi sento felice quando ricevo uno dei tanti messaggi o dei gentili biglietti scritti a mano dal dolce Dr.Greenberg, lo sono quando vedo i tanti modi in cui sto migliorando, e quando vedo che la mia vita non è giunta al termine solo perché sono malata di sclerosi multipla.*

*Talvolta, la felicità che provo arriva e se ne va in pochi minuti ma, il più delle volte, è una felicità "interna" che resta dentro di me, nonostante l'incertezza e l'imprevedibilità della malattia, il dolore che mi viene causato da persone che non sono sensibili ad essa e la mia inabilità di accontentarmi di quello che faccio e che vorrei che fosse sempre di più!*

*Quindi, come dicevo, non è sempre importante sapere come sto fisicamente.*

*Per cui... non chiedetemi come sto, chiedetemi se sono felice!*

