

## OZI D'AUTORE – VI edizione

**Incontro del 16 gennaio 2014, condotto da Michela Seppoloni, musicoterapeuta e counsellor**

*Rut e Noemi: dal deserto esistenziale alla rinascita attraverso l'alleanza*

Dieci regole dei lupi per conoscere il territorio della vita: mangiare, riposare, vagabondare, mostrare lealtà, amare i piccoli, cavillare al chiaro di luna, accordare le orecchie, occuparsi delle ossa, fare l'amore, ululare spesso.

(Donne che corrono coi lupi)

Rut e Noemi sono figure testimoni di un'unione forte, un'amicizia fedele che niente può sconfiggere. Si tratta di un'amicizia profonda, capace di passare dalla morte alla vita.

Rut e Noemi insieme, appoggiandosi l'una all'altra, sono riuscite a superare situazioni difficili, riuscendo ad emergere nella società maschilista del tempo.

Le due donne hanno condiviso la loro storia, attraverso la fedeltà che si sono dichiarate e la fiducia reciproca.

Non si sono lasciate abbattere dalla situazione che le aveva colpite, mostrandosi donne forti e coraggiose.

Le donne sono sempre state forti, anche se per secoli sono state viste come il sesso debole. Sesso debole? Forse ce l'hanno voluto far credere. Fa sempre piacere vedere che qualcuno si preoccupa e si prende cura di noi, ma non per questo vuol dire che non siamo in grado di prenderci cura di noi stesse. Le donne di ieri e di oggi lo hanno scritto nel DNA di fare branco.

Ed ecco il branco cosa ha "ululato"

*Tante volte mi sono immersa nel dolore  
per poi rinascere di nuovo.*

*Faccio fatica, ma una volta trovata la strada  
vado avanti come un proiettile.*

*Ho imparato a guardarmi dentro, a conoscermi  
e conoscere la mia energia.*

*...e ritorno a me, alla mia forza, alla mia determinazione,  
al coraggio di stare in equilibrio tra il vuoto e la luce.*

*Ho deciso di costruire:*

*ogni volta che ho aperto,  
la durezza si è ammorbidita,  
lo scontro si è trasformato in confronto.*

*A volte, nelle mie corse a testa bassa, vado a sbattere  
ma sempre trovo una mano, uno sguardo, una parola.*

*...ogni volta che avevo bisogno  
tu lo hai sentito ed eri là.*

*Penso a quel telefono, penso a quella voce,  
penso a quella mano, penso a quel calore.*

*Penso alla direzione, penso alla certezza,  
che ci sei, sempre.*

*Ci siamo consolati, confortate,  
siamo state, l'una per l'altra, una biunivoca ricchezza.*

*La tua forza è la mia forza.*

E ricordiamoci di essere *quel tipo di donna che appena poggia i piedi per terra al mattino fa dire al Diavolo "oh cavolo si è svegliata".*

**Chiara Paolacci**

tirocinante del Corso di Laurea in Scienze e Tecniche Psicologiche dei Processi Mentali  
dell'Università degli Studi di Perugia presso l'Ass.ne CIFORMAPER – Gestalt Ecology®