

## PER DIECI MINUTI di Chiara Gamberale



Dieci minuti al giorno. Tutti i giorni. Per un mese. Dieci minuti per fare una cosa nuova, mai fatta prima. Dieci minuti fuori dai soliti schemi. Per smettere di avere paura. E tornare a vivere. Tutto quello con cui Chiara era abituata a identificare la sua vita non esiste più. Perché, a volte, capita. Capita che il tuo compagno di sempre ti abbandoni. Che tu debba lasciare la casa in cui sei cresciuto. Che il tuo lavoro venga affidato a un altro. Che cosa si fa, allora? Rudolf Steiner non ha dubbi: si gioca. Chiara non ha niente da perdere, e ci prova. Per un mese intero, ogni giorno, per almeno dieci minuti, decide di fare una cosa nuova, mai fatta prima. Lei che è incapace anche solo di avvicinarsi ai

fornelli, cucina dei pancake, cammina di spalle per la città, balla l'hip-hop, ascolta i problemi di sua madre, consegna il cellulare a uno sconosciuto. Di dieci minuti in dieci minuti, arriva così ad accogliere realtà che non avrebbe mai immaginato e che la porteranno a scelte sorprendenti. Da cui ricominciare. Con la profonda originalità che la contraddistingue, Chiara Gamberale racconta quanto il cambiamento sia spaventoso, ma necessario. E dimostra come, un minuto per volta, sia possibile tornare a vivere.

“Sono stata tante cose, lì: triste, felice, con i capelli a caschetto, lunghi, corti, con il morbillo, le ginocchia sporche, ho avuto gli incubi dei dieci anni, i segreti tremendi dei quindici, le delusioni dei venti, gli stupori dei venticinque, ho fatto le cazzate dei dieci, dei quindici, dei venti e dei venticinque, mentre di là cucinava mia madre, usciva e rientrava mio padre, nasceva mio fratello, passeggiava un gatto, un cane, un altro cane, un coinquilino, un altro coinquilino, un altro ancora, mi sono innamorata, sono stata ricambiata, ma poi no, lasciata, ma poi no, annoiata, noiosa, voluta, perduta, cretina, moglie. Sempre e comunque protetta. Dalla violenza della realtà, dicevo io.”