

## PIERGIORGIO GHIRARDELLI

### *Le mie passioni*

E chi l'avrebbe mai detto di ritrovarmi a 70 anni a cantare in una cantoria?

Questo lo devo alla nostra associazione che, fra tutte le attività che mette a disposizione, ha organizzato un corso di canto terapia insieme ai pazienti del gruppo della sclerosi multipla.

Una signora di questo gruppo, sentendomi cantare mi disse: "Perché non vieni a cantare in cantoria con noi?" Detto fatto, sono andato alle prove e ho deciso di continuare perché trovarsi fra amici, conoscere gente nuova, discutere insieme sulle note partecipando alla creazione di un canto è molto utile e importante.

"DEVO FARE PER NON PENSARE!"

Perché divento malinconico pensando ai cambiamenti che la malattia ti porta: diventi opaco, vivi con la testa che non c'è, non ti ricordi delle cose...

Quando canto rientro nel mondo normale, perché ritrovo l'energia e lascio fuori i cattivi pensieri, anche perché voglio fare bella figura con gli altri.

Stiamo preparando il "Magificat" in inglese, ho dovuto imparare a cantare in questa lingua. Da giovane avevo una bella morosetta inglese e qualcosa ricordavo ancora!

Il mio punto di forza è l'umorismo, a volte una barzelletta o una battuta aiutano a tirare su il morale agli altri, oltre che a me!

Ne ho passate tante nella mia vita ma quando mi hanno diagnosticato la malattia ho avuto un momento buio, ma il medico mi disse: "Perché te la prendi?! Hai ancora dieci anni di buono!" Avevo 65 anni e pensai che fra dieci anni ne avrei avuti 75, l'età di mio padre quando è morto! Allora ci può stare!

Cantavo nella cantoria da qualche tempo e un prete che mi conosceva mi chiese: "Perché non vieni a cantare anche nella nostra?"

Non me lo sono fatto ripetere due volte e ho cominciato a cantare anche con loro!

Devo ammettere che sono molto richiesto....ahahah!!!!

Per curarsi non ci si può affidare solamente ai farmaci: occorre anche aiutarsi con la propria mente e cioè con il pensiero positivo.

Personalmente, il potenziare la mia attitudine mentale a **pensare positivo** ha portato un arricchimento al mio stile di vita, sia in campo personale che in campo sociale. Se non fosse che ad orari fissi devo prendere le medicine sovente mi dimentico di avere una "compagna" molto esigente che non mi abbandonerà più. Che fortuna vero???