

■ CONVIVENZA

Chavels grischs vi u nà

DA BETTINA CADOTSCH*

La vegliadetgna è mo ina cifra.» Questa constataziun ha per franc mintgin gia udi differentas giadas. Saja quai per giustifitgar activitads che na correspundan betg al cliché, relaziuns cun grondas differenzas da vegliadetgna u autras chaussas. Jau sun da l'opiniun che questa frasa è d'ina vart gista, da l'autra vart però er in pau naiva.

Jau pens ch'i dat blers umans che sa sentan pli giuivens u pli vegls che quai ch'els èn. Quai ha forse da far bler cun ils interess, cun la persunalitad u cun l'ambient. La finala na fan in però onns dapli u damain dentant era betg or uschè bler, uschia che la frasa ha per franc sia valaivladad. Tuttina chat jau però che la vegliadetgna determineschia nossa vita bler pli fitg che quai che nus umans vulain forse crair.

Jau hai 21 onns e sun anc lunsch davent da tutgar tar ils umans vegls. Tar quels cun chavels grischs e quitads. Tar quels cun mal il dies e pli pauca energia. Tuttina sai jau gia ussa ch'jau na vegn a far nagins sigls da legria cura che jau survegn mes emprim chavel grisch u faudas sut ils eglis. Jau speresch però ch'jau saja abla d'acceptar



mia vegliadetgna cura che quai è lura necessari.

Fin ad in tschert punct chat jau che nus umans possian era giugar cun nosa vegliadetgna. Nus pudain empruvar d'ans mantegnair giuivens cun far regularmain sport, purtar vestgadira moderna, ans smincar u insumma cun adattar noss entir cumporament. Ma insacura – e quai è uss il punct nua che jau chat che blers sajan naivs – è quest spazi era duvrà si. Insacura ston ins simplamain acceptar ch'ins n'è betg pli giuiven, ch'ins na po betg far tut pli e ch'ins vesa simplamain ora pli vegl. I dat però adina puspè gliued ch'emprova da sa tegnair vi d'insatge ch'è gia daditg passà, quai chat jau fitg trist. Quai è lura gliued che na vul betg acceptar che la vegliadetgna n'è betg mo ina cifra, ma bain che la vegliadetgna signifitga era midadas.

Chavels grischs vi u nà – Jau pens che vegnir vegl po er esser insatge bel. Pli auta che la cifra è e forse era pli preziosa ch'ella è? Jau schess ch'ins haja cun la vegliadetgna numnadamain era schanzas ed avantatgs ch'ins n'ha avant betg. Probabilmente emprend'ins en la vegliadetgna bler ch'ins na vul da giuiven betg chapir. Ed ins è cun mintg'onni dapli experientscha da la vita abel da reflectar auter las chaussas. Sin quai ma legrel jau gia ussa perquai che la savida è per mai insatge fitg enritgint.

Jau pens era ch'jau haja ussa sco giuvna la pussaivladad da determinar co ch'i va ina giada cun mai, cura ch'jau sun veglia. Natiralmain dovri era la sanadad, ma sch'ins emprova da restar activ cun corp ed olma pon ins per franc contribuir gia ina massa. Adina cura ch'jau ves numnadamain gliued veglia ch'è cuntenta cun saezza e giada mintga di uschia sco quai ch'el vegn speresch jau dad er esser ina giada uschia. Ed en mintga cas speresch jau ch'jau na manchentia betg il mument da realisar che la vegliadetgna n'è numnadamain betg mo ina cifra.

* Bettina Cadotsch è creschida si a Savognin. Ella studegia Multimedia Production a la Scola auta da tecnica e d'economia a Cuir e lavura tar Radio Südostschweiz e «suedostschweiz.ch».