

# La Pazienza Virtuale



Un evento che cambierà  
la vita

*Raccontato da Naji Cherfan  
a Karen Solomon*



# La Pazienza Virtuale

Un evento che cambierà  
la vita



Autore: Karen Solomon

Coautore: Naji Cherfan

A cura di Naji Cherfan

Editori: CCM International

5 Konitsis, Maroussi, 15125, Athene, Grecia

Artista: Elena Chirdaris



Questo libro è dedicato alle due persone migliori della mia vita:

A mio padre, George Cherfan,

la cui presenza mi ha dato il coraggio di superare tutti gli ostacoli.

A mia madre, Sana Cherfan,

la donna il cui amore e affetto erano al di là del supporto.

*Naji Cherfan*

<b>Capo I</b> <b>1978-1996 (Dalla nascita al Coma)</b>	<b>I</b>
<b>Capo II</b> <b>1996-1999 (Recupero e Riabilitazione)</b>	<b>5</b>
<b>Capo III</b> <b>1999-2006 (Note Virtuali)</b>	<b>30</b>

## Prologo

La vita è definita come uno stato dell'essere caratterizzato da crescita, riproduzione e risposta agli stimoli. Pragmaticamente, può essere considerato un periodo tra la nascita e la morte. Questo spazio di tempo è un dono. La volontà di vivere è una forza persistente che mantiene la sopravvivenza mentre incoraggia l'evoluzione. Gli esseri umani possono sopravvivere senza veramente estendere i confini dell'esistenza. Espandere i confini di ciò che è sicuro, comodo e conosciuto richiede qualcosa di più della semplice insoddisfazione per le condizioni attuali. Richiede il desiderio di qualcosa che elevi la qualità della vita e il coraggio di attuare quei cambiamenti ad ogni costo. Le scelte, le decisioni e gli atti dell'uomo modellano la sua realtà determinando la forza del suo aspetto esteriore e l'illuminazione del suo spirito.

Dal primo passo all'ultimo respiro, l'organismo che è l'uomo cambia, creando continuamente cicli di gioia e dolore, progresso e lotta, realizzazione e fallimento. Il volto dell'uomo ride e piange mentre i suoi occhi riflettono speranza e disperazione. Parla con una voce che calma e fa arrabbiare, mentre tende le mani per accarezzare o distruggere. Una doppia natura intrappolata tra cielo e terra, l'uomo è un essere di scelta che calca una corda tesa. Quando sta fermo, guardando verso l'esterno e non verso il basso, c'è l'inizio della stabilità. Quando respinge la paura e si allunga per bilanciarsi, cammina. C'è una connessione con un filo di luce che lo trascina lentamente in avanti. Consciamente o inconsapevolmente l'uomo si evolve attraverso la sopravvivenza. La forza vitale istiga il cambiamento che agisce internamente ed esternamente.

Naji Cherfan crede che la vita sia un grande cerchio in cui può succedere di tutto. Per più di dieci anni questo giovane ha lottato contro la frustrazione, la paura, il dolore e la rabbia. C'è guerra nelle sue

parole, movimenti ed espressioni. Vive in questa realtà creandone ostinatamente una nuova, basandosi sulle parole di suo padre che diceva che la pazienza è una virtù. L'esperienza gli ha insegnato che la virtù è una bontà morale e la pazienza è la qualità del sopportare con calma le difficoltà. Riapprendendo le abilità di base del pensiero, della parola e del movimento, Naji sviluppò la pazienza come prodotto sia della realtà che della sua immaginazione. Giorno dopo giorno, movimento dopo movimento, la vita di Naji Cherfan diventa una "pazienza virtuale".

## Capo I (dal 1978 al 1996)

### Dalla nascita al coma

Nel 1978 in Libano infuriava la guerra civile. Sana Cherfan era incinta del suo terzo figlio ed era determinata a rimanere a Beirut per il parto. Tuttavia, poiché i bombardamenti sono diventati più pesanti, suo marito George ha deciso di trasferire la famiglia in Giordania, dove lavorava con un'azienda americana. La famiglia si stabilì nella nuova casa e attese con impazienza l'arrivo di questo bambino. Hicham di sette anni e Maher di cinque anni hanno condiviso l'eccitazione di un nuovo bambino.

Il 20 novembre 1978 Sana diede alla luce il suo terzo figlio. Si chiamava Naji, che significa "preghiera a Dio". Nella lingua araba, i nomi hanno un significato che può essere tradotto in un'immagine, un'idea o un sentimento. Diciassette anni dopo questo bambino sarebbe stato la prova vivente della fede in Dio dei Cherfan e della fede nel potere dell'amore.

Qualche tempo dopo la nascita, la famiglia è tornata in Libano. Uno stile di vita vissuto per centinaia di anni era scomparso nel caos della guerra. George Cherfan voleva che la sua famiglia crescesse in un ambiente pacifico, quindi li trasferì ad Atene e fece di questa città la base per i suoi affari. I Cherfan entrarono a far parte di una grande comunità libanese ad Atene quando Naji aveva due anni. Entrando facilmente nei circoli professionali, i modi diplomatici e il calore di George lo hanno reso benvenuto e rispettato tra i soci in affari e la comunità sociale. Con buona volontà ed energia positiva, stabilì rapidamente e saldamente la sua famiglia ad Atene.

L'unico ricordo di Naji del trasferimento dal Libano alla Grecia era che ora si sentiva al sicuro ed è stato in questa sicurezza che Naji e i suoi fratelli sono cresciuti. I loro personaggi si sono sviluppati in una casa confortevole che ha soddisfatto i loro bisogni. I loro genitori hanno fornito loro amore, comprensione e conoscenza. La vita era piena di promesse per Hicham, Maher e Naji. Facendo facilmente amicizia, impararono rapidamente il greco per comunicare con gli altri bambini. Un bambino brillante, Naji era pieno di energia e in costante movimento. Trascorse i suoi primi anni frequentando la Lycee Français School di Atene. Cinque anni dopo, Naji si è trasferito all'ACS, l'American Community School of Athens. All'età di 17 anni parlava correntemente francese, arabo, inglese, greco e spagnolo. La comunicazione era un aspetto importante della personalità di Naji e sviluppò questa abilità in grande misura.

Come risultato della sua stessa curiosità e della ricchezza di stimoli che lo circondavano, la mente di Naji era sempre messa alla prova. Era un motore, un pensatore, un agente. Il suo corpo era forte e muscoloso per lo sport e

l'allenamento. Vivere vicino al mare gli ha dato l'opportunità di nuotare e fare sci d'acqua. Il tempo libero gli ha dato la possibilità di diventare abile nel ping pong, nello squash e nel tennis. Naji guidava dall'età di quattordici anni ed era affascinato dalla velocità, ma ignaro delle sue possibili conseguenze. Era organizzato e non tollerava le persone lente e inefficienti. Naji pretendeva che le cose avvenissero velocemente e con poco sforzo.

A diciassette anni, Naji Cherfan è stato benedetto con la famiglia, gli amici, la salute e l'intelligenza. Aveva la capacità di ottenere tutto ciò che voleva veramente. Tuttavia, non aveva alcuna motivazione per insistere su qualcosa che non lo avvantaggiasse o non lo interessasse direttamente. Per Naji, niente era più desiderabile che trovare qualcosa di eccitante e usare le sue capacità per realizzarlo. Fantasticando su come voleva che fossero le cose, ha creato un mondo che non aveva alcun legame reale con quello in cui viveva. Aveva una buona mente, una forte volontà e una natura generosa e amorevole. Ciò è stato confermato dal gran numero di persone che si sono prese cura di lui profondamente e sinceramente. Anni dopo capì quanto fosse fortunato ad essere circondato da queste persone.

Tuttavia, Naji mancava di disciplina ed era motivato solo dal desiderio di ottenere ciò che voleva il più facilmente e rapidamente possibile. Questo modello di comportamento non ha incoraggiato lo sviluppo della pazienza nel carattere di Naji. Ha minato la sua capacità di usare la perseveranza come metodo per raggiungere gli obiettivi. La mancanza di pazienza di Naji nel lavorare per cose a cui non aveva alcun interesse gli ha dato poca preparazione per sfide inaspettate che potrebbero richiedere il suo tempo e la sua attenzione. Aveva un atteggiamento di "fai tutto, prendi tutto adesso". Questo lo rendeva indifferente agli eventi e alle situazioni che non si occupavano direttamente dei suoi desideri materiali ed emotivi. Credeva di poter fare tutto ciò che voleva senza doverlo prima imparare e praticare.

Nell'aprile del 1995, prese in prestito la bicicletta di un amico per fare un giro veloce per le strade del suo quartiere. Aveva poco rispetto per la macchina potente o per il pericolo della velocità e guidava come amava guidare, senza casco. Gli adolescenti non si sentono vulnerabili agli incidenti poiché la loro giovinezza sembra isolarli dai danni fisici. È facile immaginare di vivere per sempre quando si è adolescenti pieni di energia ed eccitazione. Questo atteggiamento, per quanto ottimista, può portare a una mancanza di consapevolezza su come stanno realmente le cose. In questo spazio tra la giovinezza troppo sicura di sé e la potenza di una macchina artificiale, Naji guidava su e giù per strade familiari. Amava la sensazione di volare così come la sensazione di controllare la velocità e l'umore della sua avventura. Sfortunatamente, la moto e le condizioni della strada si sono combinate per dare a Naji qualcosa che non si aspettava. La moto ha fatto un tuffo sulla strada, è scivolata e si è schiantata. La forza dell'impatto ha spinto la testa di

Naji attraverso il parabrezza. Non ha perso conoscenza e solo dopo alcuni minuti si è reso conto di essere ferito. Con determinazione, riportò la bici a casa dell'amico. È stato portato in ospedale con la testa tagliata dalla parte superiore della fronte all'indietro e sopra il sopracciglio sinistro. Sentendosi relativamente intatto e in qualche modo immortale, Naji in seguito disse a un amico che non aveva imparato nulla dall'incidente. Tuttavia, ha aspettato due mesi prima di tornare in bicicletta.

Un anno e alcuni mesi dopo il primo incidente, Naji entrò come matricola in un'università locale. Il suo sogno era studiare recitazione e intraprendere la carriera di attore. Sebbene questa università non offrisse una laurea o corsi di recitazione, intendeva studiare solo per un semestre e poi andare a Montreal dove avrebbe finito l'università vivendo con suo fratello Maher. Sebbene Naji amasse vivere in Grecia, voleva sperimentare la vita in un'altra parte del mondo. La Grecia era bella e stimolante, ma vivere in Canada avrebbe offerto diverse opportunità per sviluppare la sua mente e le sue capacità.

Il 25 settembre 1996, Naji era il passeggero di una potente motocicletta, avendo ceduto la responsabilità di guidare ad un'altra persona. Nessuno dei due ragazzi indossava un elmetto, come se fossero protetti dal pericolo da un'armatura invisibile. La loro mancanza di paura si esprimeva nella facilità con cui guidavano una macchina che era il doppio delle loro dimensioni e della loro forza. Mentre cavalcavano, la moto si è schiantata. La causa dell'incidente non è mai stata determinata. Entrambi i ragazzi sono stati sbalzati dalla moto e l'autista è morto sul colpo. Naji ha subito una grave lesione cerebrale che lo ha messo in coma pochi minuti dopo l'impatto. In questa frazione di secondo ha perso 17 anni di crescita e sviluppo. Per le prossime settimane, fluttuò nello spazio tra la vita e la morte. Il suo corpo faceva affidamento su macchine di supporto vitale e respirava solo attraverso un tubo tracheotomico alla base della gola. Il referto medico indicava che era in coma completo. Sembrava che stesse dormendo e non c'era alcuna indicazione che si sarebbe svegliato.

Una delle realtà della vita è che non puoi mai tornare indietro. L'unica scelta è andare avanti dal punto in cui ti trovi in un dato momento. Per Naji non c'erano più momenti, solo uno spazio in cui il tempo non aveva significato e in cui si prospettava un incredibile viaggio. In seguito ha considerato questo incidente un motivo per cambiare i suoi valori e la sua filosofia. Credeva che questo evento gli desse un nuovo modo di crescere e maturare. In quel momento, però, dormiva solo.

## Capo II (dal 1996 al 1999) Recupero e riabilitazione

Molte persone credono che Naji sia stato tenuto in vita grazie alla volontà e alle preghiere della sua famiglia e dei suoi amici. I Cherfan cercarono ogni possibilità per migliorare le condizioni del figlio. Il loro approccio ottimista a questo evento è stato responsabile di gran parte del risultato positivo che circonda l'incidente di Naji. George Cherfan sapeva che la disciplina e il duro lavoro portavano al successo e vedeva cosa attendeva suo figlio mentre aspettava i segni della guarigione di Naji. Prima dell'incidente nel settembre del 1996, la principale preoccupazione di Naji era completare l'università e godersi la vita da adolescente amante del divertimento, con i piedi per terra e ambizioso. Nonostante fosse egocentrico ed ego-centrico, aveva un grande cuore e una natura generosa. Il suo lato sensibile era nascosto da un comportamento freddo e richieste rumorose. Era un buon amico, un animale da festa e un ragazzino tutto mescolato in uno. Ora giaceva tranquillo e immobile. Nessuno sapeva se avrebbe mai più parlato.

I Cherfan non hanno perso tempo nel fornire le migliori cure disponibili per il loro figlio. Credevano che Naji si sarebbe ripreso completamente e sarebbe tornato a una vita produttiva. Questa vita includeva un'istruzione universitaria, successi professionali e soddisfazioni personali. George e Sana si sono concentrati sul loro figlio più giovane e hanno pregato che si svegliasse. A loro si unirono amici e colleghi di tutto il mondo che nutrivano una sincera preoccupazione per Naji. Molti di questi amici lo avevano visto crescere da bambino a adolescente. I suoi due fratelli maggiori e compagni di classe hanno visitato l'ospedale giorno dopo giorno per verificare i suoi progressi, sperando in un miracolo.

Sana Cherfan condivideva la fede di suo marito che Naji si sarebbe svegliata e si sarebbe ripresa completamente. Era una donna dinamica ed energica con una personalità calorosa e una risata facile. Moglie e madre devote, esercitò un'influenza positiva sui suoi figli. I ragazzi più grandi, Hicham e Maher, adoravano il fratello minore e lo nutrivano in ogni modo. Naji era sicuro di avere la piena attenzione di tutte e quattro le persone della sua famiglia. Queste erano le persone che condividevano il dolore e l'ansia della sua condizione attuale. Gli amici sono stati al loro fianco in ospedale e altri

hanno pregato per Naji. Mentre Sana guardava dormire il figlio più piccolo, gli ha lavorato a maglia una coperta e ha tenuto un taccuino pieno di firme delle tante persone che li hanno visitati.

Naji ha trascorso diverse settimane in coma senza alcun segno che si sarebbe svegliato. Tuttavia, tutti credevano che questo bambino chiamato "preghiera a Dio" avrebbe aperto gli occhi. Avevano fede che la sua voglia di vivere e il loro amore per lui avrebbero superato il danno al suo cervello. Comunicavano con lui attraverso la memoria e il desiderio di trasmettere forza e speranza nel suo corpo addormentato. Aveva lo stesso aspetto, ma la ferita era grave. I medici erano pessimisti riguardo alle condizioni di Naji e dissero alla sua famiglia che se si fosse svegliato, avrebbe avuto bisogno di una terapia e di una riabilitazione estese perché la sua capacità di funzionare sarebbe stata a un livello molto basso. È stato tenuto in vita, non ha mai respirato o funzionato da solo. Continuamente monitorato per qualsiasi segno che stesse riprendendo conoscenza, Naji giaceva sospeso tra il sonno e la sopravvivenza, ignaro di ciò che era accaduto.

Verso la fine di novembre, i Cherfan hanno portato uno specialista del John Hopkins Hospital di Baltimora. Il dottor Dan Hanley era in Germania quando è stato portato in Grecia per valutare le condizioni di Naji. Si è consultato con i Cherfan su quale terapia avrebbe avuto bisogno di loro figlio se fosse uscito dal coma. Dopo averlo esaminato, il dottore ha chiesto alla famiglia cosa piacesse a Naji. Sperava di ottenere una risposta da Naji e cercava un indizio su cosa potesse scatenare questa risposta. Tentando di ottenere una reazione fisica da Naji, ha superato una serie di test, tirandosi persino i capelli.

Il dottor Hanley ha insistito nel fare domande e ha scoperto che c'era uno scherzo tra i membri della famiglia che diceva che Naji avrebbe fatto qualsiasi cosa per soldi. Durante questo periodo c'erano stati piccoli segnali che Naji stava cercando di riprendere conoscenza. Prendendo spunto dalle informazioni sull'ossessione di Naji per il denaro, il signor Cherfan diede al dottore una banconota di lire turche segnata 1.000.000. In realtà valeva circa cinque dollari. Quando il dottor Hanley agitò la banconota davanti a sé, Naji aprì gli occhi e seguì il movimento della banconota. Nella relazione del medico si afferma che Naji è stato in coma profondo per circa due mesi a causa di un grave trauma cranico. Intorno al 20 novembre 1996 iniziò a uscire da questo sonno profondo. Aveva un'amnesia post traumatica.

ca di circa tre o quattro mesi, ma la sua amnesia retrograda (perdita di ricordi prima dell'infortunio) era molto piccola. In effetti, ha ricordato fino a poco prima dell'incidente stesso.

Un coma è uno stato mentale unico e quindi difficile da studiare in un ambiente controllato. La testimonianza del paziente gioca un ruolo importante nella compilazione della ricerca. La definizione più elementare di coma è uno stato subconscio dell'essere mentale in cui un individuo è incapace di percepire o rispondere a stimoli esterni. Nel caso di Naji c'erano tre tipi principali di coma. Il primo è il coma profondo, in cui le funzioni involontarie del paziente operano al loro livello più basso, spesso con l'assistenza di macchine di supporto vitale. Questo è talvolta noto come lo stato vegetativo. Il secondo tipo è il semi-coma, in cui il paziente mostra occasionalmente segni di movimento, spesso in risposta ad attività mentali, non dirette o in risposta a stimoli esterni. Il terzo tipo di coma, noto come coma vigile, è caratterizzato dalla ridotta capacità del paziente di comprendere la propria situazione.

La testimonianza del paziente è utile per formulare la tassonomia degli stati di coma. L'analogia più vicina al coma che la persona media può utilizzare come punto di riferimento per comprendere questo fenomeno è il sonno. Nel coma profondo, non accade nulla nel cervello del paziente che possa essere chiamato coscienza. Nessuna immagine mentale o apprensione caratterizza questo stato di limbo, poiché il paziente è sull'orlo tra la vita e la morte. Le funzioni vitali operano a un livello estremamente ridotto, rendendo quasi impossibile per il cervello eseguire le funzioni superiori necessarie per la consapevolezza di base. Alcuni pazienti riferiscono esperienze di natura quasi mistica durante il coma profondo. In alcuni casi, il paziente può comprendere lo scorrere del tempo e spesso confonde la sequenza dei propri processi mentali. Il ricordo del coma di Naji era completamente buio.

La volontà di riprendersi è fondamentale e il paziente deve essere incoraggiato a uscire dalla depressione ea sperare. Questo può essere fatto meglio dalla famiglia del paziente che può essere estremamente traumatizzata dalla lesione quasi mortale di un parente. Un terapeuta professionista può aiutare la famiglia a venire a patti con la sua tragedia collettiva, dando suggerimenti per combinare la medicina prescritta con la riabilitazione. L'apatia e la rassegnazione sono i più grandi nemici del recupero. Pertanto,

è molto importante convincere il paziente che il recupero è possibile. Più attenzione la famiglia mostra al paziente, più lui o lei si sentirà obbligato a migliorare. La famiglia dà al paziente un senso di scopo al di là del semplice miglioramento individuale. Il desiderio personale spesso non è un fattore motivante sufficiente perché il paziente spesso sente che la sua vita è già finita. Il dolore causato dalla difficile situazione del paziente afferma il suo senso di rilevanza per gli altri.

Il periodo di recupero è lungo e lento. Il morale è fondamentale e la speranza è essenziale. Oltre alla terapia fisica, il paziente deve spesso sottoporsi a training cognitivo. I lobi frontali danneggiati complicano le normali funzioni cognitive. Di conseguenza, altre regioni del cervello devono essere riempite con la relativa rete sinaptica per sostituire quelle che sono andate perdute. Finché l'individuo sofferente, la sua famiglia e i suoi amici credono ostinatamente nel recupero, può succedere. La volontà umana, è al di là del regno della spiegazione razionale. Durante il calvario dell'incidente e del coma, i Cherfan sono rimasti positivi e ottimisti sul fatto che la volontà di Naji e la volontà di coloro che lo amavano avrebbero superato la morte.

Quando il dottor Hanley sventolò i soldi davanti ai suoi occhi, Naji stava emergendo dallo stato di incoscienza che lo aveva protetto dal trauma fisico che aveva subito a causa dell'incidente. Questa condizione lo aveva anche isolato dal mondo esterno. I suoi due mesi di immobilità hanno permesso al suo corpo di riposare e iniziare a riprendersi dallo shock dell'infortunio. Naji si svegliò cieco, muto e paralizzato. Non sapeva perché fosse in ospedale. Tuttavia, ricordava i soldi che gli erano dovuti da un amico il giorno dell'incidente. Successivamente, ha commentato di essere nato due volte, una volta da bambino e poi da adolescente. Un compito enorme lo attendeva: riapprendere tutte le abilità fondamentali della vita. Rifletté se fosse stato un miracolo o una maledizione che fosse stato richiamato dalla morte. Durante i primi mesi dopo il risveglio, ha sentito solo le parole di suo padre: la pazienza è una virtù; c'è tempo per tutto e non temere! Non aveva altra scelta che ascoltare e provare. Quindi, ha fatto...

Quando Naji si è svegliato, i suoi primi pensieri sono stati di riprendersi e tornare alla sua vita da adolescente. Le persone a lui più vicine erano rimaste al suo fianco durante le settimane in coma. Sebbene non riuscisse a capire cosa stessero dicendo, la sua famiglia e i suoi amici hanno continuato a comunicare con lui leggendo e parlando ad alta voce. Credevano di

poter convincere il cervello danneggiato di Naji a rispondere e riprendersi.

L'influenza di George Cherfan su Naji era più importante che mai e la sua presenza ed energia avrebbero determinato l'inizio e la continuazione della terapia di suo figlio. Naji ricorda l'atteggiamento calmo e positivo di suo padre mentre discutevano delle prossime fasi del recupero. Questi includevano la terapia negli ospedali di Atene e successivamente un trasferimento in Germania per continuare un ampio lavoro presso il Centro di riabilitazione Jugenwerk a Gailingen.

Quella che segue è la raccomandazione del centro e il programma giornaliero di riabilitazione di Naji, come scritto dal neurologo Dr.A.Voss:

*Naji Cherfan dovrebbe avere un programma quotidiano regolare che inizia la mattina con una pausa durante l'ora di pranzo per circa due ore. Gli obiettivi sono l'allenamento dei deficit cognitivi e motori e il trattamento dei problemi comportamentali.*

*Il programma dovrebbe consistere in esercizi cognitivi e motori. 9:00-9:45. Allenamento della deambulazione e delle reazioni posturali. A cominciare dallo stiramento dei tendini delle gambe soprattutto quelli dei piedi. Allenamento su tapis roulant per 15 minuti e poi salto con uno o entrambi i piedi. Allenamento per stare su una gamba sola. 10:00-10:45.*

*Allenamento cognitivo: L'ideale sarebbe ripetere le lezioni dell'ultimo anno scolastico, leggere i giornali e riferire i punti salienti all'ora di pranzo. Segnalando il coordinamento della respirazione e del parlare dovrebbe essere allenato. 11:00-11:45.*

*Allenamento della mano e del braccio sinistro. Ci sono alcune fotocopie che ti vengono date dal terapeuta occupazionale e del materiale da utilizzare a questo scopo. La signora Pilgermann ti ha mostrato gli esercizi con il materiale e senza materiale. I movimenti di un solo dito possono essere allenati lavorando con i computer o suonando il piano elettrico. La mano sinistra dovrebbe essere usata nelle normali attività quotidiane come mangiare con forchetta e coltello, fare dei frullati, pulire le finestre e così via.*

*12:00-14:00*

Rompere

14:00-15:00

*Fai una passeggiata per la città. Correggi la tua andatura mentre cammini. Cerca di camminare fluentemente e con ritmo. Lascia pendere il braccio sinistro. Scopri da solo qual è la velocità giusta per te. Tornando a casa fai degli esercizi per cambiare la posizione del tuo corpo. Da seduto a in piedi, da sdraiato a seduto e in piedi. Cerca di rilassare il braccio sinistro e abbassalo.*

15:15-16:00

*Allenamento cognitivo come al mattino.*

*Tre volte alla settimana ti farebbe bene andare a nuotare nel pomeriggio. Il nuoto allena i muscoli e li leviga e rende i movimenti più fluidi. Nel pomeriggio sarebbe bene avere tre volte alla settimana la possibilità di entrare in contatto con il neurologo o con lo psicoterapeuta per parlare del processo riabilitativo e sviluppare strategie di coping. Dear Naji,*

*So che un programma come questo richiede molto potere e impegno da parte tua. Ma penso che tu abbia l'energia e la possibilità di farlo. Dopo un certo tempo, vedrai i buoni risultati delle tue azioni. È la tua responsabilità per te stesso che ti porterà al successo. Nei fine settimana puoi riposare e incontrare gli amici. Penso che una sera tu possa tornare a casa più tardi del solito. Ad esempio: sabato sera. Puoi dormire più a lungo la domenica. Ma entro la settimana la cosa migliore sarebbe che tu andassi a letto tra le dieci e le undici.*

*Suo, dottor Voss*

Prima dell'incidente, Naji non ha mai pensato molto al valore del tempo o alla virtù della pazienza. Pensava ancor meno alle loro implicazioni pratiche. All'improvviso, ebbe un concetto completamente nuovo di cosa fosse la pazienza e di come si applicasse alla sua situazione. Anche il tempo ha assunto un nuovo significato e valore. Aveva perso quasi due mesi della sua vita giacendo immobile in coma mentre il resto del mondo continuava a girare in un ciclo di crescita, scoperta e movimento. Quando finalmente si

svegliò, era ancora immobile. Ora doveva affrontare la perdita della vista, della parola, della mobilità e della memoria.

Questo energico diciottenne era scioccato e confuso per quello che era successo e perché era successo a lui. Sentendosi come un estraneo nel proprio corpo, ha inviato indicazioni mentali a tutte le parti della sua struttura fisica, ma nulla ha risposto. Sebbene sentisse voci e rilevasse movimenti intorno a lui, si sentiva invisibile. In senso fisico, era lì perché tutti lo vedessero e lo toccassero, ma non poteva unirsi alla loro compagnia. Molte volte si sentiva prigioniero, fluttuando tra la vita e la morte, il paradiso e l'inferno. Sebbene avesse risposte emotive alle attività intorno a lui, non poteva agire o comunicare questi sentimenti. Naji, che mancava di pazienza e disciplina, fu improvvisamente costretto a riconsiderare tutto ciò che riguardava il lavoro e il tempo. Fortunatamente, la sua capacità di pensare, ragionare e ricordare non è stata danneggiata in modo permanente. Dopo essersi ripreso dall'amnesia, la sua memoria è tornata rapidamente. Ben presto si ricordò dei numeri di telefono di amici e di incidenti strani e non correlati.

Mentre il funzionamento del suo cervello sembrava normale e meno debilitato, si erano verificati altri danni che avevano gravemente compromesso la sua abilità fisica. Quando si è svegliato, i dottori avevano poche speranze che potesse vedere, parlare o muoversi di nuovo. Naji Cherfan aveva altre idee e la sua famiglia era determinata a guarire completamente. Questa combinazione di volontà ha dato il tono al viaggio di Naji dal coma alla riabilitazione. Dopo un mese, la cecità di Naji è migliorata fino a diventare una visione offuscata. Lentamente iniziò a emettere suoni. Quando finalmente ha parlato, la sua prima frase è stata "Fammi uscire di qui". Il modo diretto di Naji di comunicare le sue opinioni e i suoi desideri era rimasto parte della sua personalità.

Nonostante i momenti positivi che hanno accompagnato la sua uscita dal coma e la sua costante guarigione, è rimasto disabile in modo molto critico. Il suo braccio sinistro dalla spalla alle dita era inutile e non poteva essere abbassato. La mano era piegata in una posizione chiusa e impotente. La visione doppia e offuscata era stata corretta e il movimento ammiccante nel suo occhio destro era quasi scomparso, ma aveva bisogno di occhiali per leggere. Anche se le gambe di Naji non funzionavano normalmente, iniziò a muoversi lentamente e con regolarità. Gli obiettivi futuri erano

ritrovare l'equilibrio e diventare fisicamente attivi. Questo era un obiettivo realistico considerando che Najj Cherfan è rimasto seduto su una sedia a rotelle per quaranta giorni e un giorno ha annunciato "Al diavolo questo, vado a volare". Poco dopo questa dichiarazione, si alzò e camminò. Najj ha anche subito una grave lesione alla trachea che gli ha richiesto di respirare attraverso una cannula tracheotomica durante il coma e per alcune settimane dopo il risveglio. L'incidente ha lasciato Najj con una mente che funzionava quasi allo stesso livello di prima e un corpo che funzionava ben al di sotto di quanto richiesto per essere impegnato in una vita attiva da adolescente.

Nonostante i momenti positivi che hanno accompagnato la sua uscita dal coma e la sua costante guarigione, è rimasto disabile in modo molto critico. Il suo braccio sinistro dalla spalla alle dita era inutile e non poteva essere abbassato. La mano era piegata in una posizione chiusa e impotente. La visione doppia e offuscata era stata corretta e il movimento ammiccante nel suo occhio destro era quasi scomparso, ma aveva bisogno di occhiali per leggere. Anche se le gambe di Najj non funzionavano normalmente, iniziò a muoversi lentamente e con regolarità. Gli obiettivi futuri erano ritrovare l'equilibrio e diventare fisicamente attivi. Questo era un obiettivo realistico considerando che Najj Cherfan è rimasto seduto su una sedia a rotelle per quaranta giorni e un giorno ha annunciato "Al diavolo questo, vado a volare". Poco dopo questa dichiarazione, si alzò e camminò. Najj ha anche subito una grave lesione alla trachea che gli ha richiesto di respirare attraverso una cannula tracheotomica durante il coma e per alcune settimane dopo il risveglio. L'incidente ha lasciato Najj con una mente che funzionava quasi allo stesso livello di prima e un corpo che funzionava ben al di sotto di quanto richiesto per essere impegnato in una vita attiva da adolescente.

Il padre di Najj lo ha incoraggiato dicendo "Se vuoi qualcosa puoi ottenerlo" e per una volta Najj ha ascoltato. Il primo fu il miracolo del suo ritorno dalla morte. Il secondo sarebbe una riabilitazione di successo e il ritorno a una vita produttiva. Najj ha deciso di diventare fisicamente attivo e continuare i suoi studi. Aveva l'amore e il sostegno della famiglia e degli amici, nonché la migliore terapia disponibile. Ha iniziato a lavorare per raggiungere i suoi obiettivi.

Dopo aver riacquisito la parola e il movimento, lui e i suoi genitori si

sono trasferiti in Germania dove ha lavorato molto intensamente con i terapeuti in un centro di riabilitazione a Gailingen. Il cambiamento degli stili di vita dalla Grecia alla Germania è stato difficile per Naji perché il sistema nel centro di riabilitazione era restrittivo e richiedeva autodisciplina da parte di tutti i pazienti. Naji era abituato a grandi quantità di libertà personale e aveva grandi difficoltà ad adattarsi al programma quotidiano richiesto dall'incidente. La sua vita prima era piena di macchine, ragazze, feste, discoteche e nottate. Ora i suoi giorni includevano terapia occupazionale, logopedica e fisica oltre a neuropsicologia. Gli è stato consigliato di nuotare, leggere i giornali e riferire su ciò che ha letto durante la pausa pranzo.

Durante il suo soggiorno in Germania, Naji era infelice e depresso. Aveva difficoltà ad addormentarsi ed era sconvolto per essere stato separato dai suoi amici e dalle sue attività. Molte notti rimaneva sveglio per ore chiedendosi "perché è successo a me?" Pensò ai suoi amici in Grecia, Canada e in giro per il mondo, alla guida di auto e moto, andando a scuola e fuori per un caffè. Quando finalmente si addormentò, si svegliò per un altro giorno di terapia che iniziò alle 7:00 e finì alle 17:00. Ha sentito profondamente la perdita della sua vita da adolescente che includeva amici e scuola.

Naji ha fatto la terapia cognitiva per conservare la memoria e aumentare la comprensione. È stato inserito in un corso di inglese di recupero, ma quando è stato testato in matematica, le sue abilità sono rimaste più elevate e complete. Fortunatamente, la sua capacità naturale e la memoria di comprensione con le cifre non sono state danneggiate e sono rimaste forti. Durante la terapia in Germania, Naji è stato incoraggiato da un amico di famiglia che lo ha ispirato con grandi parole e qualche risata. Dopo questa esperienza, Naji disse a un amico che la vita è un grande cerchio e non sapevi mai cosa sarebbe successo. Ha concluso che era meglio vivere il momento e pianificare le cose che vuoi fare. Vivendo e lavorando nel presente, il suo futuro veniva determinato a ogni passo che compiva per diventare completo.

Naji è cambiata in molti modi durante i mesi di terapia. Sebbene sia diventato più saggio emotivamente e intellettualmente, ha reagito ancora in modo immaturo ogni volta che si annoiava. La terapia quotidiana lo ha costretto a sviluppare un nuovo senso di autodisciplina. Un risultato positivo era collegato alla quantità di impegno e lavoro che ha svolto. Questo concetto non era familiare a Naji. Se non praticava il movimento, non

poteva camminare. Se non si esercitava a girare la mascella, fischiare, sputare e masticare gomma, non poteva parlare. Le mattine e i pomeriggi venivano trascorsi svolgendo molti piccoli compiti che avrebbero aiutato il suo ritorno alle abilità normali e necessarie. Chiunque conoscesse Naji prima del suo incidente non poteva che rispettarlo e ammirarlo per aver mantenuto sia la sua personalità colorata che il suo buon umore durante ore e mesi di terapia in Germania e Grecia.

Naji era convinto che un ritorno alla sua vita precedente fosse possibile. Fantasticava di stare bene e pregava per un altro miracolo, credendo che un giorno si sarebbe svegliato perfetto. Alcuni giorni ha immaginato di sottoporsi a un intervento chirurgico al cervello in cui i medici potevano entrare e riparare tutto ciò che era danneggiato. Sarebbe in grado di usare il braccio sinistro e le sue gambe correrebbero invece di camminare lentamente da un lato all'altro con un movimento oscillante. Poteva assaporare il mare e sentire l'aria sul viso. Muovendosi ad alta velocità, improvvisamente si svegliava e si rendeva conto che stava viaggiando solo nei suoi sogni. La sua realtà era una mente che ricordava la perfezione e un corpo che non poteva obbedire. Ora il desiderio di ciò che considerava normale doveva basarsi sulla sua condizione attuale, non sulle sue capacità passate. Naji considerò la sua vita in dieci anni e formulò un'idea di perfezione. Per lui, la perfezione richiedeva cooperazione, motivazione e influenza positiva.

Mentre questi pensieri attraversavano la sua mente, iniziò lentamente a sviluppare una nuova filosofia sulla vita. Ha riconosciuto che la vita è un ciclo costante di dare e avere ed è la partecipazione alla vita che ne vale la pena. Ha messo in discussione lo scopo della vita e il ruolo dell'uomo dalla nascita alla morte. Mantenendo il suo buon umore, divenne più premuroso su certe questioni. Come risultato della terapia intensiva, Naji Cherfan ha sfidato la sua mente e il suo corpo in un modo che non avrebbe mai considerato prima dell'infortunio.

Naji è tornato in Grecia il 14 giugno 1997. Non era stato nella sua stanza o casa per quasi dieci mesi ed era in uno stato di anticipazione/ansia. Prima dell'incidente sfrecciava per le strade in macchina e in moto. Ora, qualcuno lo guidava ovunque avesse bisogno di andare e aveva bisogno di aiuto per quasi tutti i suoi movimenti. Tuttavia, Naji aveva raggiunto un'enorme quantità di progressi. Medici e amici erano stupiti e felici nel vederlo camminare, parlare e scherzare. Tutti lo hanno incoraggiato nella sua lotta per tornare

a una vita funzionale e hanno cercato di comprendere le difficoltà che ha dovuto affrontare.

Prima dell'incidente, Naji era egocentrico ed esigente. Ora è diventato lunatico e capriccioso. Questo era evidente quando era molto stanco e non aveva dormito abbastanza. Il riposo è stato un fattore importante nel recupero di Naji perché il suo cervello e il suo corpo semplicemente non potevano funzionare ai livelli precedenti. Il suo carattere era irascibile e il suo comportamento era simile a quello di un ragazzino. Emotivamente immaturo prima dell'infortunio, ora il suo comportamento era ancora meno coerente e controllato. Ha gridato alle persone per piccoli incidenti e ha chiesto attenzione immediata a coloro che lo circondavano.

Durante questo periodo di adattamento, gli amici di Naji furono rispettosi e rispettosi dei suoi stati d'animo e dei suoi limiti. I suoi amici maschi lo portarono fuori e lo trattarono come tutti gli altri. I suoi sbalzi d'umore non influivano sulla sua capacità di essere onesto o di esprimere la sua opinione. Diplomatico quando voleva qualcosa, il suo talento per la comunicazione rimaneva. Era affascinante e convincente quando aveva qualcosa da guadagnare. Questo era il Naji che tornava dalla Germania, camminando lentamente ma con determinazione. Nessuno vicino a Naji aveva mai sperimentato quello che stava passando. Erano orgogliosi di ciò che aveva realizzato e gli dissero che avrebbe dovuto essere orgoglioso di se stesso. Tuttavia, la frustrazione e la rabbia erano emozioni che provava quotidianamente e spesso si chiedeva se fosse benedetto o maledetto per essere vivo in questa condizione.

Sebbene Naji fosse esigente, gli amici e la famiglia lo accettarono e lo allevarono durante quei primi mesi ad Atene. Voleva essere trattato normalmente e continuava a vivere come una matricola al college. I suoi medici gli consigliarono di dormire presto e di uscire solo una volta alla settimana. Tuttavia, Naji non riusciva a disciplinarsi e restava fuori fino a tardi più spesso di quanto avrebbe dovuto. Successivamente ha ammesso che questo comportamento ha ritardato la sua guarigione. Durante le prime settimane dopo essere uscito dal coma, Naji sentiva di vivere tra due mondi. Si immaginava come un fantasma che aleggiava fuori dal suo corpo, vedeva e sentiva ma non si muoveva. Era come essere l'uomo invisibile. Una volta ebbe un'esperienza fuori dal corpo in cui fluttuò tra due dimensioni. Per un po' è esistito nella terra di nessuno dove vedeva e sentiva ma non

poteva rispondere alle persone e alle cose intorno a lui. Era confuso, frustrato e spaventato. Un momento stava cavalcando attraverso la luce e il vento. Due mesi dopo si è svegliato senza memoria, senza movimento e senza capire cosa fosse successo o perché gli fosse successo.

Col passare del tempo, Naji sentì di essere rinato fisicamente il giorno in cui uscì dal coma. Proprio come un neonato inizia da zero per camminare e parlare, Naji ha anche affrontato l'enorme compito di riqualificare il suo corpo per fare cose che erano state automatiche e senza sforzo per 17 anni. Lottava per capire che tutto ciò che aveva dato per scontato, camminare, correre, guidare, persino ridere, era improvvisamente impossibile nella sua condizione attuale. Nei suoi momenti più bui era preso dal panico per ciò che lo attendeva. Tutto ciò che voleva fare richiedeva uno sforzo tremendo. La terapia richiedeva disciplina e pazienza, due qualità che non aveva ancora sviluppato. Anche se temeva di non tornare alla sua precedente condizione fisica, il suo atteggiamento nei confronti della terapia stava trovando la via più facile e veloce per il recupero. Alla fine, la paura che provava era più forte della sua innata pigrizia. Si è impegnato a fare tutto il necessario per stare bene.

Dopo aver fatto grandi progressi, era nella fase in cui gli obiettivi futuri per il recupero erano realistici e raggiungibili. Adesso camminava da solo. Il suo discorso è tornato e sebbene la sua voce mancasse di colore e inflessione, è stato compreso quando ha parlato. Per Naji, questi sono stati grandi risultati. Non più impotente, poteva comunicare i suoi sentimenti e desideri. Come all'inizio della terapia, la sua condizione intellettuale era superiore alla sua condizione fisica. Nella sua mente si sentiva lo stesso di sempre e questo lo incoraggiava a lavorare per fare tutte le cose che aveva fatto prima.

Sfortunatamente, questo schema di pensiero ha creato un'illusione su ciò che era effettivamente capace di fare. Viveva con aspettative irrealistiche e non accettava di essere handicappato. In retrospettiva, Naji crede che se fosse rimasto in Germania e avesse continuato l'estenuante programma di terapia prescritto dai medici, si sarebbe ripreso più velocemente e in modo più completo. Invece, ha scelto di tornare ad Atene dove ha ripreso la sua vita in un corpo che funzionava ben al di sotto della sua condizione precedente. Tutti credevano ancora che sarebbe diventato di nuovo un adolescente forte e atletico. Naji continuò ad aspettare un altro miracolo che

avrebbe riportato alla perfezione il suo corpo e la sua mente. Si era svegliato dal coma. Ora voleva svegliarsi ed essere completamente guarito.

Entrato all'università nel settembre del 1997, ha seguito un corso di inglese solo per riprendere conoscenza con i requisiti per frequentare la scuola. Non è stato difficile, solo noioso. Tuttavia, il duro lavoro della terapia gli ha dato un nuovo senso di autodisciplina e questo lo ha aiutato a persistere nel lavorare di più da solo. Nella sua eccitazione per essere tornato con gli amici e tornare a una vita attiva, Naji ha trascurato alcune realtà riguardanti la sua condizione. A volte si sentiva così tanto simile al suo vecchio io che dimenticava i suoi limiti. Le sue disabilità lo hanno scioccato e frustrato finché non si è calmato e ha guardato tutto da un'altra prospettiva. Aveva fatto progressi incredibili in un solo anno e aveva la possibilità di andare molto più avanti nei mesi a venire. Tuttavia, non aveva accettato il fatto che tutto ciò che riguardava il suo futuro dipendesse da lui e dalla sua capacità di concentrare energie e sforzi. Essere circondato da amore e cure non era abbastanza per farlo stare completamente bene.

Partecipare al matrimonio di suo fratello in Libano nel luglio 1997 è stato un grande passo per Naji e lo ha aiutato a prepararsi per il suo rientro in un mondo in cui il movimento e la comunicazione costanti erano dati per scontati. L'esito positivo del suo precedente anno di terapia furono due eventi: il matrimonio e il ritorno di Naji all'università. Tuttavia, nell'autunno del 1997, si ritrovò in una vita familiare con un nuovo corpo che non sempre rispondeva alle sue indicazioni.

Durante la terapia ha appreso che i suoi nervi erano bloccati, quindi aveva bisogno di inviare istruzioni alla mano e alla gamba attraverso il cervello. Ora si trovava di fronte alla sfida di usare il suo cervello in un modo unico, ordinando mentalmente movimenti e funzioni che prima erano automatici. Naji Cherfan stava per usare le sue capacità informatiche e la rapidità di pensiero per giocare al gioco più competitivo e impegnativo che avesse mai provato. Le sue uniche armi erano il coraggio, la determinazione, la disciplina e la pazienza. Alcune di queste armi le possedeva già. Alcuni avrebbe dovuto trovarli lungo la strada. Fece un respiro profondo e sentì la voce di suo padre. "La pazienza è una virtù, c'è tempo per tutto e non temere". Dopo essersi svegliato dal coma e aver trascorso un anno in terapia, ha accettato che queste parole sarebbero state l'arma più potente nella battaglia per riconquistare la sua vita normale.

A causa del successo della terapia di Naji in Germania e del suo rientro all'università, George Cherfan ha ritenuto che fosse giunto il momento di valutare le condizioni di suo figlio. Ciò determinerebbe il modo migliore per continuare il suo progresso. Il 25 ottobre 1997 Naji è stato visto presso l'Oliver Zangwill Center for Neuropsychological Rehabilitation in Inghilterra. Lo scopo di questo appuntamento era quello di effettuare una breve valutazione del suo funzionamento neuropsicologico, identificare i suoi bisogni riabilitativi e affrontare la questione se la frequenza al Programma del Centro Oliver Zangwill gli sarebbe stata di beneficio significativo.

Il dottor Jonathan Edwards ha ottenuto informazioni discutendo con Naji e suo padre. Cominciò chiedendo a Naji i dettagli riguardanti l'incidente e l'infortunio. Hanno discusso della sua terapia in Germania e il medico ha appreso che Naji ora stava ricevendo la terapia a casa ad Atene. Un terapeuta occupazionale ha lavorato sul suo funzionamento dell'arto superiore e un fisioterapista ha lavorato sul suo funzionamento generale. Anche Naji nuotava come parte della terapia e la sua principale preoccupazione fisica era la perdita di funzionalità del braccio sinistro. Il braccio non si rilassava e rimaneva in posizione sollevata con la mano chiusa a pugno. L'aspetto fisico di questo braccio lo metteva a disagio. A causa delle diverse fasi della riabilitazione del suo braccio sinistro, Naji ha escogitato semplici analogie visive per descrivere l'aspetto del suo braccio mentre stava guardando. Ha etichettato le fasi nel modo seguente:

1. L'artiglio
2. L'amo da pesca
3. Il club del golfo
4. La ragnatela
5. I guantoni da boxe.

La sua gamba destra continuava a dargli problemi con movimenti lenti e goffi. Aveva problemi ad alzarsi facilmente e doveva dondolarsi avanti e indietro per alzarsi da una posizione seduta. Sebbene potesse fare queste cose da solo, aveva ancora bisogno di assistenza occasionale e questo era fonte di frustrazione. Nonostante i suoi problemi fisici, Naji sentiva che il suo funzionamento cognitivo era normale. Disse al dottore che la sua memoria e la sua concentrazione erano eccellenti e capiva le cose che stavano accadendo intorno a lui. Quando il medico lo ha interrogato sui

suoi obiettivi, Naji ha risposto che voleva migliorare il funzionamento fisico del braccio, della gamba e dell'equilibrio. Il suo altro obiettivo era tornare con successo al college.

Naji è stato testato in molte aree tra cui capacità intellettuali generali, memoria, attenzione, concentrazione e velocità di elaborazione delle informazioni, percezione, linguaggio e funzionamento esecutivo. In passato non aveva apprezzato i test neuropsicologici, ma ha collaborato con questa valutazione che è stata piuttosto intensa e dettagliata. La valutazione ha concluso che aveva fatto un notevole recupero in un solo anno considerando l'entità delle sue ferite. Il medico considerò i suoi progressi miracolosi e gli diede un'indicazione molto positiva per un continuo miglioramento. Tuttavia, Naji è rimasto con difficoltà fisiche che hanno coinvolto il braccio sinistro, la gamba destra e l'equilibrio. Sebbene Naji sentisse di non avere difficoltà cognitive, i test neuropsicologici non erano d'accordo e indicavano che potevano esserci problemi legati alla velocità di elaborazione delle informazioni e alla memoria. Questo era estremamente comune dopo una lesione cerebrale e sarebbe stato insolito per lui non aver mostrato alcun danno in queste aree.

Naji ha dichiarato al medico che i suoi bisogni riabilitativi dovrebbero essere concentrati su un recupero fisico. Era chiaro che avrebbe continuato a lavorare sul funzionamento del braccio e della gamba. Sostenne che la sua mente era la stessa di prima e solo il suo corpo era cambiato. Il dottore suggerì che le capacità cognitive di Naji fossero giudicate e testate in un ambiente realistico che richiedesse determinati modi di funzionare. Ricominciare a scuola è stata una linea d'azione positiva e appropriata. Mentre Naji sentiva di stare bene, il dottor Evans gli consigliò di aumentare gradualmente le sue richieste accademiche e di avere accesso a una persona con cui discutere i progressi, anticipare le aree di difficoltà e rivedere i problemi che potevano sorgere. Il dottore ha detto che era un comportamento comune dopo una lesione cerebrale per le persone tornare di corsa a un alto livello di attività. Ciò potrebbe comportare una mancanza di successo che sarebbe difficile da accettare. Ha suggerito a Naji di provare a costruire gradualmente, piuttosto che tentare tutto in una volta. Ha anche suggerito a Naji di fare sessioni con uno psicologo che abbia familiarità con menomazioni legate a lesioni cerebrali.

I problemi di irritabilità e rabbia erano comuni dopo un trauma cranico

ed erano più frequenti con persone familiari. Questo era evidente dal modo in cui Naji urlava e perdeva il controllo quando le cose non andavano per il verso giusto. Ha anche perso la pazienza quando non riusciva a fare le cose abbastanza velocemente o quando le persone non erano d'accordo con lui. Questi scoppi d'ira erano antagonizzati da problemi di attenzione, concentrazione e, in particolare, stanchezza. Come risultato della lesione cerebrale, Naji si stancava più facilmente. Nei giorni in cui restava fuori fino a tardi e perdeva ore di sonno, era lunatico e funzionava a un livello basso. Anche la sua parola e i suoi riflessi fisici sono diventati più lenti. Veloce a perdere la pazienza con i membri della famiglia, raramente litigava con i suoi amici e compagni di studio.

A Naji fu consigliato di sviluppare una serie di strategie che affrontassero la rabbia e l'irritazione. Gli è stato anche suggerito di imparare qualche tipo di tecnica di rilassamento o un modo per allontanarsi da una situazione appena prima di diventare aggressivo. Il metodo di Naji per affrontare questa mancanza di controllo era fare tre respiri profondi o battere il pugno con decisione, ma non violentemente, contro una superficie solida come un tavolo o la sua gamba. Questo avrebbe centrato le sue emozioni prima che continuasse la conversazione o l'attività. In questo modo ha imparato ad affrontare una situazione piuttosto che trovare il modo per eliminare il vero danno. Tuttavia, ha fatto una differenza significativa nella sua capacità di funzionare. Come per tutta la riabilitazione di Naji, queste situazioni gli richiedevano di riconoscere di avere un problema e poi mostrare la volontà di affrontarlo.

L'esito della valutazione di Naji in Inghilterra ha rivelato che sarebbe progredito meglio in un ambiente familiare e che la sua frequenza all'Oliver Zangwill Center sarebbe stata inappropriata. A quel tempo, gli fu consigliato di continuare con i suoi terapeuti privati e di esigere gradualmente se stesso sia intellettualmente che accademicamente. Il dottor Evans ha suggerito a Naji di iniziare la terapia cognitiva con qualcuno che potesse aiutarlo a comprendere le sue difficoltà attraverso un senso di consapevolezza e migliori capacità di comunicazione. Quando il signor Cherfan ha chiesto informazioni sui benefici dei giochi/programmi per computer per la guarigione di Naji, gli è stato detto che i giochi e i programmi potevano illustrare i punti di forza e di debolezza di un individuo. Tuttavia, la misura in cui potevano migliorare l'attenzione e il funzionamento non era scientifica-

mente chiara e non si generalizzava facilmente a situazioni più quotidiane. Naji aveva già iniziato a giocare a scacchi al computer. Aveva anche accesso a Internet e alla posta elettronica che gli davano la possibilità di comunicare con amici di tutto il mondo. Il suo computer era dotato di programmi interessanti che sfidavano la sua mente.

La valutazione delle condizioni neurologiche di Naji è stata considerata benefica per la fase successiva del suo sviluppo e della sua terapia. Considerando dove si trovava dopo l'incidente, le condizioni attuali di Naji mostravano molti progressi. La scelta di continuare la terapia ad Atene è stata accolta e approvata da Naji che ha voluto restare vicino agli amici e alla scuola. Era consapevole che l'indipendenza e la libertà sarebbero arrivate come il prodotto della sua perseveranza e disciplina. Guardò di nuovo dov'era stato, dov'era e dove voleva essere. Trovando sostegno da familiari, amici e terapisti, ha considerato la possibilità di diventare fisicamente attivo e ha accettato la realtà di ciò che questo avrebbe richiesto da lui. Sapeva di poter contare solo su se stesso. Più dipendeva dagli altri, meno progrediva. Attraverso le sue sessioni di terapia ha scoperto di avere forza ma non sempre armonia. È stata la conoscenza del suo potenziale che lo ha ispirato a cambiare la sua filosofia sulla vita. La sua mancanza di disciplina ha reso difficile mantenere questa nuova filosofia e fare il lavoro per istigare un cambiamento nel comportamento e nel pensiero. Suo malgrado, Naji Cherfan iniziò ad evolversi lentamente.

Ad Atene, Naji ha lavorato privatamente con un fisioterapista di nome Vassilis Borotis che è diventato il suo terapeuta preferito perché era estroverso e rendeva l'esercizio divertente. Le sessioni giornaliere prevedevano da cinque a otto ore di camminata, nuoto, palestra e fisioterapia tradizionale in cui Vassilis allungava e manipolava le braccia e le gambe di Naji. Le loro relazioni si sono sviluppate come risultato del rispetto e della comprensione reciproci. Lavorando insieme, hanno migliorato le condizioni fisiche di Naji fino a quando non ha aumentato la sua resistenza e camminava per cinque chilometri al giorno nel 1998. Questa attività ha richiesto perseveranza e si è rivelata il miglior esercizio per la sua condizione mentre continuavano a sviluppare e stabilizzare il suo corpo.

Questo progresso ha incoraggiato Naji e gli ha dato la motivazione per lavorare di più. Sebbene trovasse noiose ed estenuanti ore così lunghe di terapia noiosa, sapeva che il risultato sarebbe stato positivo e lo avrebbe

avvicinato al suo obiettivo di riconquistare ciò che aveva perso. La pazienza non ha chiesto di essere sviluppata. Richiedeva la sua attenzione. La tenacia divenne un'abitudine perché dovette provare ripetutamente a fare certe cose che non avevano mai richiesto pensiero o sforzo.

All'inizio del 1998, Naji Cherfan andava in classe due mattine a settimana e aveva un programma continuo di riabilitazione che includeva fisioterapia, terapia occupazionale, abilità di parola e comunicazione. Si esercitava a camminare e respirare dal centro del corpo. Mostrando un grande miglioramento, Naji entrava e usciva da stanze, case e automobili. Quando la sua voce riacquistò un po' del suo vecchio colore ed espressione, la sua mente si riempì di nuovi pensieri sulla vita e sul suo scopo. Naji ha festeggiato il suo 19° compleanno nel novembre 1998 con una grande festa a cui hanno partecipato amici e familiari. Si considerava guarito all'80% in questa fase della sua terapia. L'ultimo 20% sarebbe il più difficile da raggiungere. Nei suoi momenti bui, circondato dai demoni della paura e dell'ego, si chiedeva se avrebbe trovato il coraggio di spingersi fino ai limiti di questo viaggio. Durante questo periodo difficile, accettò la volontà di Dio per la sua vita e tutte le lezioni che sarebbero arrivate. Alcune settimane dopo, dopo ulteriori terapie, consulenza e una crescente vita sociale con gli amici, Naji si stava preparando a toccare con mano un sogno che vedeva da mesi. Cominciò a capire il valore e la possibilità della vita mentre si preparava a volare in Canada.

Il 3 marzo 1999 Naji andò a vivere con suo fratello Maher e sua moglie Maria, che aspettava il loro primo figlio. Era entusiasta di vivere a Montreal, di essere vicino a suo fratello e ai suoi buoni amici. Anticipando l'arrivo di un bambino in famiglia, gli piaceva il pensiero di diventare zio. Entrambi i suoi fratelli si erano sposati da poco e lui vide la loro felicità e appagamento. Nei suoi momenti più riflessivi, Naji pensava al matrimonio e alla famiglia. Tuttavia, in questa fase della sua vita sapeva di avere davanti a sé molti anni di duro lavoro prima di contemplare le responsabilità della vita familiare. Felice di essere in Canada, si è rapidamente assimilato nella famiglia di suo fratello. Pur perseguendo il suo sogno di recitare, è rimasto coinvolto nella migliore fisioterapia e terapia occupazionale che potesse trovare. Prima di lasciare Atene, ha avuto delle sedute molto benefiche con un ottimo terapeuta. Il lavoro svolto con quest'uomo gli diede un rinnovato voto di pazienza e perseveranza. Naji è arrivato in Canada con un atteggiamento

positivo e un senso di attesa per le possibilità della sua vita.

Lui e suo padre hanno cercato un posto dove studiare recitazione, credendo che un'atmosfera incentrata sull'individuo sarebbe stata la migliore per la sua educazione e sviluppo. Dopo aver frequentato corsi di recitazione per due sessioni, ha concluso che la recitazione fa parte della vita e studiarla rovinerebbe tutto. Dopo aver trovato un altro college, si è iscritto al marketing internazionale.

Quando Naji uscì dal coma, si sentì sospeso in uno stato di purgatorio. Quando ha cercato la definizione di purgatorio, è stato definito come un luogo o una condizione di sofferenza. Non soffriva più allo stesso modo, ma non era completamente felice. Nonostante avesse recuperato l'80% delle sue condizioni normali, era ancora molto limitato fisicamente. Ciò lo ha reso limitato emotivamente e ha lottato per ritrovare la felicità. Forse l'amore e le preghiere che ha ricevuto da amici e familiari avrebbero creato un altro miracolo. Era la questione dello scopo che lo tormentava di più e lo spingeva a chiedersi perché fosse vivo e cosa avrebbe dovuto fare.

Quella che segue è una e-mail che ha scritto alla sua famiglia ad Atene:

*“Quando sono lontano dalle persone, mi mancano di più e mi rendo conto di quanto le amo. Se continui a chiederti “perché e perché”, tu e solo tu troverai la risposta. La domanda che fai sempre è chi sono io? Trovi questa risposta per eliminazione. “Non sono un corpo, quindi cosa sono? Non sono un'anima, quindi cosa sono? Ho dovuto smetterla di dare le cose per scontate, specialmente la mia famiglia. Se uso la mia malattia per ottenere qualcosa, specialmente da coloro che mi amano, a un certo punto si stancheranno e mi ignoreranno. Devo considerarmi una persona normale e non handicappata. Penso anche che l'illusione sia l'ignoranza della realtà. È la confusione della mente che scambia l'illusione per realtà. La mia illusione di perfezione mi ha dato l'incentivo per lavorare di più. L'illusione è ciò che le persone prendono per la vita. La parola chiave per la vita è coscienza o consapevolezza. Consapevolezza di chi siamo... chi siamo veramente. Ho detto che dovevi guardare i tuoi pensieri e osservarli e se non eri in grado di osservare i tuoi pensieri direttamente,*

*osserva in quello che dici o fai. Quando dici che ti senti bene e ti senti bene, significa che i tuoi pensieri sono sotto controllo. So che avevo bisogno di rilassarmi e di non essere controllato dai miei pensieri. Questo si chiama autocontrollo. Ho molta frustrazione e nessuno sa cosa sto passando. Persone e dottori non mi hanno dato alcuna speranza una volta, ma mi concedo un periodo di tempo più breve per il pieno recupero. So che non sto accettando il fatto di non essere il solito vecchio Naji”.*

All'inizio del suo soggiorno in Canada, Naji ha affrontato "le solite cose", tutti i tipi di terapia e vivendo una vita di virtuale pazienza. Era stanco di andare in diversi centri di riabilitazione. Sebbene potesse gestire la terapia quotidiana, il pensiero della neuropsicologia lo faceva arrabbiare. Credeva di non aver bisogno di alcun aiuto mentale. Quando alla fine ha accettato di vedere un neuropsicologo a Montreal, si è reso conto dei vantaggi di parlare con qualcuno delle sue preoccupazioni e paure. Naji ha scoperto che il suo vecchio modello di non apprezzare le cose era negativo e distruttivo per il suo sviluppo. Dolorosamente consapevole di ciò che doveva fare per cambiare, semplicemente non riusciva a trovare la disciplina per farlo. Il desiderio di indipendenza era un incentivo per continuare la terapia e non vedeva l'ora di vivere un giorno da solo. Pensando a quanto velocemente passa il tempo, si preoccupava di essere fisicamente integro per diventare emotivamente felice.

Fu durante questo periodo che anche Naji decise di concentrarsi sulla sua salute. Ha smesso di fumare e ha iniziato a mangiare pasti più nutrienti. Aveva già mostrato questo tipo di determinazione quando era a dieta e si allenava in palestra durante il liceo. Ora aveva un obiettivo simile in cui il risultato dipendeva dalla sua ritrovata capacità di concentrarsi e usare l'autodisciplina. Critico e talvolta giudicante, ora si rendeva conto che giudicare gli altri si traduce in un giudizio su se stessi. Ha fatto tutto da solo e sentiva di aver realizzato le cose perché aveva un più forte senso di auto-stima. La sua idea di realizzazione era basata sulle sue qualità interne piuttosto che su beni esteriori. Permettendo alla sua mente di rilassarsi per concentrarsi, ha creato una realtà virtuale. Questa realtà combinava il fatto della sua disabilità con la fantasia della sua guarigione.

Con grande aspettativa, Naji pianificò di visitare Atene nel luglio 1999. Il suo arrivo fu pieno di vecchi amici, vecchie attività e vecchi ricordi. Questi ricordi lo confondevano e lo rattristavano. Aveva sognato di tornare completamente normale, ma per quanto ci credesse appassionatamente, i fatti erano freddi e duri. Stava molto meglio e visibilmente migliorato, ma non era il vecchio Naji e nemmeno quello che sperava di essere. Almeno non ancora. Ha tenuto un diario durante queste settimane in Grecia e un giorno ha scritto "Voglio essere migliore del Naji che ero una volta. Se non fisicamente, sicuramente più saggio. Ho imparato tanto da questo incidente. Una tecnica per diventare quasi come prima è concentrarsi e concentrarsi per diventare più forti".

Naji era entusiasta di tornare alla sua vita ad Atene, ma la sua eccitazione si trasformò costantemente in confusione emotiva. Aveva troppi conflitti tra la sua realtà passata e quella presente. Persone, luoghi e situazioni della sua vita precedente lo stavano pressando e le sensazioni erano travolgenti. Oscillava tra ciò che ricordava di poter fare e ciò che poteva effettivamente fare. Il viaggio non gli ha portato il piacere, il conforto o la soddisfazione di cui aveva bisogno.

Durante questo viaggio, ha scritto nel suo diario: "Nell'agosto 1999, ho raggiunto circa l'85% in più di salute. Lascia perdere. Andrò fino in fondo. Quando fai qualcosa, fallo bene. Fallo e basta, solo fallo. Ho detto di concedermi un altro anno e di guardarmi. Ho iniziato ad apprezzare la vita, ad avere valore per le cose e alla fine ho smesso di dare le persone per scontate. Un giorno mi sono svegliato e ho capito che ero stato messo su questa terra e salvato molte volte per far parte di questo mondo per una ragione. In passato, ho sempre detto che la vita è giunta al termine ed è finita l'uomo. Ora dico, la vita è appena iniziata ". Ha creduto a queste parole ed è diventato una persona nuova. Un giorno si è svegliato e si è reso conto che il denaro non è importante quanto la buona salute o il valore della vita. Questa scoperta contrastava con l'adolescente di prima il cui sistema di credenze ruotava intorno al "desidera e acquisisci". Questa filosofia gli ha dato stabilità mentale e un nuovo apprezzamento per le persone e le cose intorno a lui. Le sue capacità organizzative sono migliorate e ha mantenuto un'agenda in cui ha registrato il suo programma quotidiano.

Durante il recupero, Naji Cherfan si considerava un miracolo in divenire.

Dopo aver subito una terapia intensiva in Grecia, Germania e Canada, ha iniziato a raggiungere gli obiettivi che si era prefissato tanto tempo fa. Rendendosi conto di ciò che aveva realizzato attraverso la terapia e lo sforzo personale, questo coraggioso adolescente è andato avanti e ha convissuto con la sua disabilità. "Ti consideri semplicemente normale e dici di lasciar perdere amico. È stato solo un incidente di due secondi. Non hai più bisogno di terapia intensiva o di un aiuto serio. La migliore terapia è frequentare il college e vivere una vita normale come tutti gli altri. Dimentica il passato ". Ho la possibilità di farlo come la maggior parte dei miei amici. Posso camminare, pensare e soprattutto sono cosciente. Onestamente. Non mi dispiace. Poteva andare peggio. La vita è la mia terapia".

Tre anni prima Naji non avrebbe potuto immaginare di dire quelle parole. La vita può non essere giusta, ma offre sempre opportunità di crescita e apprendimento. Ha scritto nel suo diario le seguenti parole: "Immaginati tra due anni e considerati normale, a meno che non sia necessario un privilegio di handicap molto importante". Durante alcuni dei suoi momenti più bui, andava in montagna a respirare per un po'. Poi diceva a se stesso "Mai, mai, mai lasciare che le persone si dispiacciano per te a meno che non ti piaccia questo sentimento. Abbi sempre il tuo orgoglio e la tua dignità". Durante questi momenti considerava le altre persone meno fortunate di lui e si rendeva conto di avere la capacità di rendersi più felice. Ha iniziato ad apprezzare ciò che aveva e dove si trovava nella sua vita.

Questi erano nuovi pensieri per Naji, poiché era abituato a muoversi nella vita con un senso di noncuranza. Ha espresso queste idee sia verbalmente che per iscritto. Fisicamente e spiritualmente cambiato, ha visualizzato che un giorno si sarebbe svegliato perfetto. Giorno dopo giorno, movimento dopo movimento, vide progressi. Si rese conto che il recupero dipendeva dal tempo, dalla pazienza e dal duro lavoro. Pregando per un altro miracolo, ha insistito sul fatto che poteva fare qualsiasi cosa. La sua più grande paura era che non si sarebbe ripreso, quindi ha giocato con il suo subconscio per convincersi che un giorno sarebbe stato perfetto agli occhi degli altri. Ha scoperto che ingannare se stesso in questo modo funzionava davvero. Credendo così fortemente dal suo cuore, Naji ha imparato a conoscere la linea sottile tra realtà e fantasia e la connessione tra concentrazione e risultato. Alla fine si era imbattuto nel potere della concentrazione e nei suoi benefici per la realizzazione fisica ed emotiva. Se ne rese conto durante

una seduta di fisioterapia a Montreal quando il suo terapeuta Frank gli disse che doveva integrarsi nella società. Ha consigliato a Naji di vivere nella realtà invece di nascondersi da qualche parte, aspettando che accada un altro miracolo. In quel momento Naji affrontò la sua situazione attuale con la verità e non con un'illusione. Guardandosi allo specchio, vide un giovane a poche settimane dal suo ventesimo compleanno. Invece di camminare con difficoltà, ora si muoveva in modo più fluido ed equilibrato. La sua vista, memoria e concentrazione erano notevolmente migliorate. La scuola andava bene ed era motivato dalle lezioni e dalla terapia. La comunicazione con gli amici tramite telefono e internet era fonte di conforto e forza.

Sebbene avesse difficoltà a concentrarsi quando era stanco, le capacità mentali di Naji rimasero forti dopo l'incidente. Non era consapevole di quanto potesse essere potente la mente fino a quando non è diventato più serio e si è detto "Amico, devi sfidare te stesso alla grande e considerare tutto possibile". Questa idea ha motivato Naji a funzionare normalmente in un corpo che si rifiutava di ascoltare e non riusciva a ricordare cosa faceva prima della sua lesione cerebrale. La sua mente ricordava la libertà fisica e spingeva le sue braccia e le sue gambe ad andare lì. Hanno seguito il suo comando, ma con limitazioni. Il pensiero vuole che la struttura fisica ed emotiva si allunghi e venga sfidata. Lentamente, Naji apprese che la mente è un'arma a doppio taglio. Un lato è il nemico mentre l'altro è il salvatore. Naji ha inviato questo fax ad un amico ad Atene:

*“Un giorno a scuola, non riuscivo a concentrarmi sul problema che veniva spiegato in classe. Poi ho iniziato a chiedermi, perché ho così tanti problemi a concentrarmi? Mi è venuta un'idea. È una tensione nella mente. OH!!! Se la mente può avere tensione e sappiamo che tutto viene dalla mente, allora vedo che la tensione nel mio corpo viene dalla mia mente. GRANDE! Ho capito? rilasso la mia mente; il mio corpo si rilassa. Semplice. Così semplice, sembra essere troppo facile. Va bene, come funziona? Come posso rilassare la mia mente? Concentrarsi su troppe cose crea tensione. Soluzione. Concentrati su una cosa alla volta.”*

Come risultato di "molte terapie e lezioni da parte di persone che lo

amano e lo sostengono", Naji ha abbandonato il suo atteggiamento di giudizio. La maturità lo ha convinto che "non poteva partire e non poteva uscire". Naji fa la sua terapia concentrandosi e usando l'autodisciplina. Lentamente, sta acquisendo una comprensione e un apprezzamento del significato del rispetto per se stesso e per gli altri.

Stare con Naji Cherfan è un'esperienza stimolante. La sua comunicazione è diretta e anche se il suo comportamento a volte è egocentrico, ha un fascino unico. Naji continua a sviluppare la sua mente e sperimentare pensieri espansivi. Ha scoperto una ricchezza di benedizioni che rendono la sua vita soddisfacente e piena di opportunità. Un giorno scese le scale che portavano all'appartamento di famiglia a Montreal. Mentre si addentrava nell'oscurità, si rese conto di quanto piccoli fossero stati i suoi pensieri fino a quel momento. Qualcosa "scattò" tra la sua mente e il suo cuore finché non poté più negare uno scopo per la sua vita. Doveva pensare in grande, andare oltre ciò che voleva il suo ego o ciò che i suoi schemi gli dicevano di fare. Ha detto ad alta voce "Sono solo io, me stesso e io". Questa volta ha creduto alle sue parole. Capi di avere le qualità per il successo e tutte le benedizioni che la famiglia, gli amici e l'amore potevano fornire. Felice solo perché era estate, era grato ai suoi terapisti e medici per averlo aiutato ad arrivare a questo nuovo brillante spazio dove le cose avevano un senso. Ha riso dentro e ha detto "guardami solo volare".

Durante gli anni della sua terapia, Naji ha tenuto un diario e ha voluto scrivere un libro sulla sua esperienza. Nel 1998, ha iniziato a modificare i suoi diari e anteporre questo a tutte le altre attività. Questo processo lo ha portato più vicino al suo obiettivo di scrivere un libro che descrivesse gli eventi che hanno portato all'incidente, al coma, alla terapia e al recupero. "Conosco tanti altri che hanno avuto casi simili, anche peggiori, ma nessuno di loro ne ha parlato davvero. L'ho fatto solo per farlo uscire e far sapere a tutti cosa ho passato. Soprattutto, voglio aiutare tutti quelli là fuori nella stessa posizione in cui mi trovavo io. Le cose in questo libro sono molto personali, ma devo solo farlo uscire ed esprimere come mi sento". Alla fine, ha finito il libro nella sua testa e lo ha dedicato ai terapisti che gli hanno insegnato a camminare e a colui che gli ha insegnato a respirare e parlare dal centro del suo corpo. Finalmente capi le parole di suo padre: "La pazienza è una virtù, c'è tempo per tutto e non temere".

Uno stato di realtà è uno basato sul fatto o sulla verità. Quando una persona vive nella realtà, allora le condizioni che lo circondano sono pratiche, oneste e genuine. Queste condizioni non sono sempre confortevoli o piacevoli, ma il disagio richiede attenzione e costringe alla consapevolezza. Quando una situazione diventa abbastanza dolorosa, si è costretti a far cadere il velo dell'illusione che ci oscura così misericordiosamente da tutto ciò che desideriamo dimenticare. Naji Cherfan ha scritto queste parole alla sua famiglia ad Atene. "Sai che la vita per me è diventata una realtà virtuale. Ma sai una cosa? La realtà morde". Queste parole erano il risultato di un cattivo umore provocato dalla stanchezza. I suoi sbalzi d'umore erano un continuo promemoria di quanto fosse cambiata la sua vita dall'incidente. Ogni volta che era triste o depresso, pensava tra sé, "e allora, tutti hanno sentimenti come questo". Riconosceva l'esistenza degli altri e capiva che per molti versi era proprio come tutti gli altri. Cominciò a sentire che «ognuno di noi ha la sua vicinanza con Dio». Un giovane premuroso stava emergendo dalla determinazione necessaria per gestire le condizioni della sua vita. Lottava per contenere la frustrazione, ma aveva l'abitudine di litigare per liberare la tensione intrappolata nel suo corpo e nella sua mente. Ha scritto che "doveva solo sfogarsi con qualcuno". Nuotando, respirando e meditando controllava il suo malumore.

Man mano che Naji Cherfan maturava, ha preso le lezioni impartite dalla vita e ha lavorato con loro per crescere. Ha trovato una parte di sé che aveva una visione rinnovata della vita. Anche quando era lunatico e stanco, era comunque felice. Naji si disse che il tempo è lo spazio tagliato in piccoli pezzi e scrisse nel suo diario: "Il tempo è il momento della mente, dal passato al futuro e dal futuro al passato, passando per il presente. Chi se ne frega di scrivere (o non scrivere) un libro sulla vita quando sei così impegnato a scrivere la tua vita. Perché ci preoccupiamo così tanto della vita quando sta accadendo. La vita è come un gioco. Più bene fai agli altri, meglio diventi e più vinci. Concentrati e non lasciarti distrarre. Se non sono felice, dico che sarò felice. Com'è felice adesso? Felice è sentirsi bene. Sentirsi bene, bene, bene. Così bene, che sto benissimo, bene, bene. Ora ho la mente giusta. Voglio essere migliore del Naji che ero prima. Oggi è un nuovo giorno. Abbiamo qualcosa da fare. Sarò così amichevole e simpatico con le persone. Tutti mi ameranno perché io amo loro. Questo è il modo in cui la vita è diventata per me. Tutti sono felici. Gli sorriderò. Se non sei felice e hai

un problema con me, allora non farne un grosso problema”.

Naji ha raggiunto uno stato in cui meno deve lavorare sulla sua guarigione, più diventa difficile. Mentre la sua condizione fisica continua a migliorare, lavora anche sul suo carattere e mostra cambiamenti positivi nell'atteggiamento e nel comportamento. Le parole di suo padre, la pazienza è una virtù, c'è tempo per tutto e la paura non sono diventate parte dell'esistenza quotidiana di Naji. George Cherfan fornisce una fonte di forza e incoraggiamento per suo figlio e Naji ha iniziato ad apprezzare più che mai l'esempio di saggezza e coraggio di suo padre.

Lentamente ma costantemente, Naji Cherfan si muove verso la guarigione e la promessa di una vita che ha uno scopo e un significato. Ha scoperto la volontà di vivere pienamente, affrontando la sfida della disabilità. La sua esperienza lo ha motivato nel suo desiderio di essere un modello per i portatori di handicap. Condividendo la sua storia con i giovani disabili, Naji Cherfan si considera "un miracolo in atto" e crede che potrebbero esserci altri miracoli là fuori che aspettano di accadere. Il coraggio e la perseveranza sono i requisiti per il recupero, insieme al tempo e alla preghiera. Una vita di pazienza virtuale è diventata lentamente una vita di realtà virtuale.

L'8 giugno 1999 Naji Cherfan scrisse queste parole e le inviò via fax a un amico in Grecia: "Mentre ero in Canada mi sono reso conto che non c'era molto che non andasse in me. Quindi, cosa succederebbe se la mia mano sinistra e la mia gamba destra non fossero 100 %. Dopo tutto, nessuno è perfetto. Sono molto fortunato. Alcune persone non hanno gambe o braccia. Devo accettare le cose e migliorare il più possibile su me stesso, essere felice con me stesso prima così come sono e poi fare il mio meglio per migliorare. Non ci saranno limiti a ciò che la mia mente può ottenere". Dieci anni dopo la lesione cerebrale che gli ha privato della vista, della parola e della capacità di muoversi, questo giovane sta realizzando i suoi sogni. Ha imparato che la pazienza è una virtù e ne fa buon uso. Il viaggio dall'incidente al coma, dalla terapia alla vita normale continua per Naji Cherfan.

**"Ce la fanno perché credono di potercela fare"**

*Virgilio*

## Capo III (dal 1999 al 2006)

### Note Virtuali

1. Negazione. Vivevo e vivo ancora in parte nella negazione. Finalmente ho capito che dovevo accettare alcuni fatti della vita. Nessuno è perfetto. Questo è un fatto che non ho accettato. Forse mi sto solo rendendo conto di quanto sia stato profondo e doloroso superare il mio incidente. Sarei stato in grado di essere la persona che sono senza di essa? Volta. È giunto il momento per me di mettere da parte la negazione e iniziare ad adattarmi alla mia vita.

2. Ho imparato a costruire principi corretti e seguirli e che se credi in qualcosa, devi sapere perché credi.

3. La forte volontà e la fede mi hanno guidato durante il mio recupero.

4. Ho bisogno di proteggermi da alcuni dei miei pensieri. Quando ero bambino, usavo un'analogia per ottenere un risultato positivo moltiplicando due negativi. Ora capisco che se rispondo positivamente a qualcosa di negativo, creerò energia positiva.

5. Solo chi ha vissuto un'esperienza traumatica simile alla mia può capire quello che sto passando.

6. Un problema che devo affrontare dopo nove anni di terapia e duro lavoro è lasciare che i miei pensieri ossessivi mi controllino. Anche se ho realizzato così tanto, devo capire che c'è molto di più da ottenere. Ogni esperienza mi dà una chiave per aprire una porta diversa a tutte le aree della mia vita. Queste chiavi devono essere usate con attenzione, non abusate. Tutti abbiamo il potenziale per andare avanti con amore. Sono stato incoraggiato ad avere un'alta autostima e ho imparato che la maturità passa attraverso l'esperienza.

7. Facciamo un grosso problema con noi stessi e le cose che abbiamo. Non è sempre una luminosa giornata di sole. A volte abbiamo bisogno di imitare la natura. Nessuno è perfetto.

8. Avremo sempre malintesi. Ho un atteggiamento positivo e guardo il lato positivo della vita amando, lavorando e giocando.

9. In questa vita, nasciamo con niente e quando moriamo, ce ne

andiamo senza niente. Gestiamo il nostro spazio e come decidiamo di vivere questa vita.

10. Le persone entrano nella tua vita per un motivo. Se le persone sono fatte per stare insieme, il vero amore le unisce e Dio le benedice.

11. Non temere. Chiudi la porta alla corrente della paura e lasciala alle spalle.

12. Quando preghiamo sinceramente, solo la vera fede può segnare la mente, il cuore e l'anima. Ho imparato a "pregare per quello che vuoi e lavorare per quello di cui hai bisogno".

13. Mi sento molto meglio quando aiuto qualcuno e poi vedo un sorriso sul suo volto.

14. Non permetto alle opinioni delle persone di influenzare i miei sentimenti. Forse le persone pensano di conoscerti. Alla fine, solo tu sai chi sei e di cosa hai bisogno. Non si tratta tanto di aprire la mente, ma di espandere il cuore.

15. Tutto ciò che provo accade per mostrarmi e insegnarmi la pazienza. La pazienza è vero amore e bellezza assoluta.

16. Abbiamo tutti un sesto senso. Mi sono reso conto che a volte posso vedere e sentire molti messaggi nascosti.

17. Essere indipendente, prendermi cura di me stesso e credere di essere in grado di fare qualsiasi cosa mi venga in mente mi aiuta davvero a crescere.

18. Solo Dio può dare e togliere la vita. Ha respirato in noi e ci ha dato la capacità di essere creativi. Dio non si allontana mai da noi. Gli esseri umani si allontanano da Dio.

19. Quando l'umano vuole qualcosa, ci pensa. Il pensiero diventa liquido. Il liquido va alle cellule. Se pensi di muovere il dito della mano sinistra, allora il liquido va alle cellule che si occupano di quella zona. Se le cellule in quella zona sono ferite o traumatizzate, prendono il messaggio dal liquido, ma lo leggono male, quindi quando inviano il messaggio al dito il comando non è corretto. Non è l'errore del dito o del pensiero. Il problema è nelle cellule responsabili di portare il pensiero al dito. Esiste una catena funzionale tra il pensiero, la cellula e il dito. Se c'è un problema con qualsiasi anello della catena, tutto ne risentirà.

20. L'esperienza mi ha insegnato che se immaginavo il movimento in qualsiasi parte del mio corpo, alla fine lo avrei fatto. Perseveranza, concentrazione e disciplina erano i requisiti per questo sforzo. L'individuo che soffre di una lesione cerebrale deve trovare il modo di concentrarsi su qualunque parte del corpo sia stata colpita dalla lesione.

21. Il corpo è un guscio, solo una casa. Il tuo corpo non definisce chi sei. Se qualcuno ti dice che sei limitato, questa è la loro percezione del tuo corpo. Tuttavia non sei tu. Qualcuno può convincerti che il tuo corpo è quello che sei. In tal caso, i limiti del tuo corpo diventano ciò che sei.

22. Le due peggiori parole mai create sono "non posso". Dio non ascolta le tue parole; ascolta il tuo cuore. Con la perseveranza la tua mente può ottenere tutto ciò che il tuo cuore desiderava. Virgilio una volta disse: "Possono perché, pensano di poterlo fare".

### **Alcune delle cose più difficili:**

1. If it is really hard for me to be walking on the street and then trying to open a door, someone else will just open it for me. That is very nice of them, but then I feel and say to myself, sometimes out loud, What???? I speak six languages and you think I can't open the door. I have finally come to understand that people see only what they want to see.

2. Many times I even measured myself according to the evaluation of others. By trying to meet the expectations of others, I would always begin from zero. Letting too many people evaluate me and going to all these different centers was the hardest thing I experienced. By always seeking a shortcut to recovery, I cheated myself. I felt that someone, somewhere would provide me with the instant gratification key. Patience was my best bet. It sounds like it's so easy to say. Ok, it is easy, but I learned that anything at first should be done slowly and carefully.

1. Se è davvero difficile per me camminare per strada e poi provare ad aprire una porta, qualcun altro me la aprirà. È molto carino da parte

loro, ma poi mi sento e mi dico, a volte ad alta voce, Cosa???? Parlo sei lingue e pensi che non possa aprire la porta. Finalmente sono arrivato a capire che le persone vedono solo quello che vogliono vedere.

2. Tante volte mi sono misurato anche con il giudizio degli altri. Cercando di soddisfare le aspettative degli altri, ricomincerei sempre da zero. Lasciarmi valutare da troppe persone e andare in tutti questi diversi centri è stata la cosa più difficile che ho vissuto. Cercando sempre una scorciatoia per il recupero, ho ingannato me stesso. Sentivo che qualcuno, da qualche parte, mi avrebbe fornito la chiave della gratificazione immediata. La pazienza era la mia scommessa migliore. Sembra che sia così facile da dire. Ok, è facile, ma ho imparato che qualsiasi cosa all'inizio dovrebbe essere fatta lentamente e con attenzione.

3. Ho anche capito per cosa sono qui. Non siamo portati su questa terra e poi ce ne andiamo. No!! Questo incidente mi ha mostrato che sono sopravvissuto per raccontare agli altri la mia esperienza. Ognuno di noi soffre in modo diverso, per conoscere la vita e le persone. Questa è la crescita e l'evoluzione dell'anima. Soddisfare i bisogni degli altri è qualcosa su cui questa esperienza mi ha fatto riflettere.

4. Una goccia d'acqua continua può perforare una roccia. Questo mi ha ispirato a continuare a provare e a non mollare mai.

5. Attaccarsi troppo a qualcosa richiede distacco.

6. La nostra concezione della normalità è rilevante per l'individuo. Normale è comunque l'individuo lo definisce.

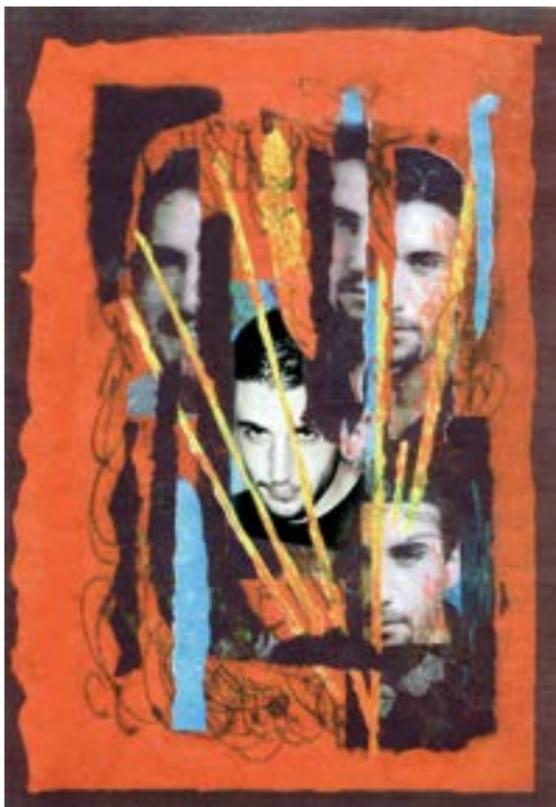
## EPILOGO

Dal 1999 al 2001, Naji e suo padre hanno viaggiato in centri terapeutici in Arizona, Texas e Florida. In ogni città trovarono bravi dottori e persone che contribuirono alla guarigione e al progresso di Naji. Alla fine si è trasferito in Florida dove aveva molti amici intimi. Ha studiato multimedia all'Art Institute di Fort Lauderdale e poi è tornato in Grecia dove si è iscritto al BCA (Business College of Athens) e si è laureato con un diploma associato in E-Business. Negli ultimi tre anni ha lavorato nell'azienda di famiglia occupandosi di amministrazione e pubbliche relazioni. Negli anni della sua guarigione, ha continuato a scrivere e modificare i suoi scritti. Il suo viaggio è fatto di determinazione, coraggio e cambiamento. I suoi pensieri più recenti sono riassunti nelle ultime pagine di questo libro. Queste sono le parole di un uomo che ha preso un'esperienza traumatica e l'ha trasformata in uno stile di vita. Naji Cherfan aveva 17 anni quando ebbe "l'esperienza di due secondi" che lo costrinse a rivedere tutto ciò che aveva mai conosciuto e imparato. Il 20 novembre 2005 ha compiuto 27 anni. Questo decennio della sua vita si rivela in "note virtuali".

Al lettore:

Grazie per il vostro interesse nella mia storia mentre rivivevo questo evento.

***“La vittoria è dei più perseveranti”***  
*Napoleone*



## La Pazienza Virtuale

All'età di diciassette anni, Naji Cherfan ha subito una lesione cerebrale che lo ha messo in coma. Quando si è svegliato, non era in grado di muoversi, parlare o vedere. Crede che questo gli abbia dato l'esperienza di essere un bambino due volte. Tuttavia, la seconda volta era cosciente e ha dovuto maturare in modo più difficile. Dal momento in cui Naji ha potuto parlare di nuovo, ha avuto un grande bisogno di raccontare la sua storia per capire cosa è successo e perché. L'atto di scrivere i pensieri e le emozioni che ha vissuto lo ha aiutato a diventare la persona che è oggi.