

-MICROGRUPPO DI PENSIONATI OFFRESI PER CONTINUARE IN QUESTO TEMPO SEGNATO DAL VIRUS IL
LABORATORIO DI SCRITTURA AUTOBIOGRAFICA SVOLTO NELL'AUTUNNO-

Si parte qualche settimana prima dell'avvio del Progetto "Cara Lua ti scrivo" perché sarebbe dovuto continuare il laboratorio autunnale con un secondo livello primaverile in presenza con l'intenzione di mantenere il filo di scrittura che ci aveva entusiasmato. La nostra conduttrice ci propone di lavorare da casa on line su sollecitazioni settimanali inviate ogni venerdì mantenendo i presupposti condivisi nel patto autobiografico: scriviamo, condividiamo cosa desideriamo condividere, non giudichiamo, al massimo apprezziamo le scritture o suggeriamo noi stessi approfondimenti. Siamo in nove, ma presto tre di noi decidono di partecipare solo come lettori. Creiamo anche un gruppo whatsapp dove ci scambiamo contributi vari dai più leggeri ai più impegnativi, e a volte ci incontriamo virtualmente in piattaforma. Si decide che le sollecitazioni siano incentrate soprattutto su questo tempo di isolamento e distanziamento forzato con l'intento di lasciarne memoria. Oltre agli stimoli forniti dalla nostra conduttrice, riceviamo anche le sollecitazioni che arrivano dalla LUA a cui a volte inviamo i nostri contributi.

L'esperienza per ora continua e ci pare arricchente!

Angela, Enrica, Enrico, Fabio, Giovanna, Giuseppe, Ines, Maria, Paola

Gruppo pensionati SPI CGIL Gassino torinese

*Coordinato da **Mariella B***

da MARIELLA BO - Gassino Torinese

"Vivere in campagna, in una vera campagna e non in una villetta di periferia, mi fa sentire, in questa circostanza, una privilegiata. Non devo 'arrangiarmi' per sopravvivere! Posso fare le cose di sempre. E alcune sono abbastanza impegnative.

(...) Ogni giorno, se non piove, io vado nel mio frutteto fino allo stagno delle ninfee. In ogni stagione. E non mi stanco mai di questi incanti.

La mia arte è la cura. Sono un'animale senziente e vibro all'unisono con le creature e le piante. Solo tra i fili d'erba o appoggiata alla corteccia rugosa della quercia mi sento trasportare verso l'alto, verso una spiritualità senza religione e trovo pace finalmente tra terra acqua e cielo!"

"Tempo sospeso

Tra paura e speranza c'è una palude. Una lunga zona grigia di emozioni sospese per tutto questo tempo. Mi tengo sulla superficie stagnante dei giorni apparentemente tutti uguali. Ho chiuso la porta alle emozioni. Non ho né paura né speranza.

Come se approfondire mi portasse a fondo, non affondo, non mi immergo in queste sabbie mobili del tempo! Mi sono fatta corpo, pianta e animale. Sono un crogiolo di bisogni e peccati di gola. Sento che tutti nel mondo si sta. In attesa. Col fiato sospeso. Come in un fermo immagine della corsa dell'umanità". (Enrica)

Dalla sollecitazione: Decalogo di ciò che non voglio dimenticare di questo tempo sospeso, isolato, silenzioso...

1. Il ritrovare persone disperse dal tempo frenetico e concedersi un tempo di conversazione vera e distesa
2. Curare il piccolo pezzo di terra che ho avuto la fortuna di ricevere

3. Meravigliarsi per la natura e le piccole cose
4. L'essere consapevole della mia finitezza
5. Riscoprire il piacere dell'inventare cibi
6. Accorgersi del superfluo che mi circonda
7. Gli occhi al di sopra delle mascherine
8. Riprendere i significati di parole dimenticate
9. Stare sulla soglia
10. Stare sul crinale (Mariella)

1. Scrivere su un quaderno le frasi e le parole che ho pensato di dire alle persone care quando le rivedrò.
2. Fare le camminate del sabato mattina con Donatella sul lungo Po; è camminare ma anche parlarsi, raccontarsi, intimità.
3. Riprendere le attività, i progetti sociali e culturali dello SPI. È un modo per dare un piccolo contributo alla società promuovendo i valori in cui io e l'organizzazione che rappresento ci riconosciamo.
4. Dare gli abbracci e le carezze trattenute.
5. Curare di più i rapporti interpersonali e le amicizie.
6. Sperare che gli operatori sanitari non si ammalino nell'espletare il loro lavoro e che possano continuare a vivere con serenità la vita familiare.
7. Trascorrere più tempo con le persone a cui voglio bene e dimostrarglielo. Perché far passare molto tempo fra un incontro e l'altro? Perché dare tutto per scontato?
8. Riprogrammare i viaggi non fatti. Viaggiare è conoscere, scoprire, provare, condividere.
9. Dare più spazio alle emozioni che alla razionalità. Il tempo è tiranno, perché privarsi di emozioni e passioni?
10. Vivere anche i periodi più bui pensando al futuro e a progetti nuovi. Immagina come sarà appagante e gratificante raggiungere gli obiettivi che in questi giorni di isolamento hai pensato, sognato! (Fabio)



“(...)

8. Non voglio dimenticare quei dottori e infermieri che sono morti per salvare vite umane.
9. Non voglio dimenticare quei paesi lontani dall'Italia che sono venuti ad aiutarci con mezzi e dottori specializzati, virologi.
10. Non voglio dimenticare paesi europei che parlavano male di noi, come di gente che non ha voglia di lavorare e si dimenticano che tanti italiani sono morti nelle loro miniere, cadendo dai loro tetti che stavano costruendo, lavorando in tutto il mondo. Ma il cibo, i vini, l'accoglienza, i mari, i monti e il clima: la nostra bella Italia.

Noi siamo orgogliosi e disponibili.

I musicisti, i pittori, tutti i musei, gli attori, i cantanti lirici, Modugno e Mina, li conoscono anche le pietre.

Il mondo ci ammira per tutte queste meraviglie.

Allora mi chiedo perché non aiutarci in questi momenti di emergenza quando l'Italia piace a tutti?!?”
(Giovanna)



1. Ascoltare di nuovo il fracasso dei treni che corrono sotto la mia finestra
2. Rompere questo silenzio assordante occupato soltanto dall'urlo terrificante delle sirene delle ambulanze dirette al San Camillo, al Forlanini, allo Spallanzani
3. Provare di nuovo quella sensazione particolare quando la primavera si annuncia con il primo albero in fiore
4. Girovagare per le strade del centro, la domenica sul presto, scoprendo ogni volta un angolo, un'icona, un'inferriata
5. Percorrere la pista ciclabile che corre lungo il Tevere ascoltando il monotono sciacquio dell'acqua
6. Abbracciare un'amica, un amico, annullando, in un attimo, il tempo infinito della lontananza
7. Far quattro chiacchiere con persone dedite soprattutto a raccontare di malattie operazioni e morte, ma non di queste morti
8. Gustare la propria solitudine senza malinconia
9. Non dimenticare. Credere che questo lungo incerto momento aiuti in futuro a prendere quota'
10. Tornare alla vita. Non frenetica, non angosciata, non dedita alla sopraffazione della natura e degli altri. Normale." (Paola)

"Reagire agli eventi drammatici che toccano la mia vita ha a che fare con la capacità creativa. Desidero innanzitutto ricordarmi, a questo proposito, che 'Paradossalmente la creatività si

nutre della difficoltà. È proprio nello spazio dell'incertezza, dove i nostri bisogni non vengono soddisfatti immediatamente, che siamo costretti a cercare nuove soluzioni e quindi ad attivare la nostra creatività' (Dewey). L'esperienza della difficoltà e del limite ci impongono soluzioni spesso inaspettate". (Franca Perna).

"Non voglio dimenticare altri tempi, in cui ho vissuto sentendomi sospesa in una bolla di insensibilità verso me stessa, per poi uscirne devastata, né che alla vita solitaria ci si abitua con pazienti esercizi di riempimento del vuoto che si è creato. Potrebbe succedere ancora. (...) Amo riflettere in silenzio e dedicare parole ad altre persone che sento mancanti dell'affetto e della compagnia cui erano abituate o che so preoccupate per i loro cari lontani (...) Questo silenzio è ricco di pensieri importanti per me; tra questi, la precarietà di ogni vita. Non soffriamo per la nostra morte, ma per quella di chi amiamo; l'assenza fisica di una persona cara ci pare impensabile, dato che porterebbe con sé parti di noi che esistono solo in funzione di essa". (Ines)

"In questo periodo ho l'impressione di nuotare in mare controcorrente. Che fatica non vedere la riva!! È una situazione in cui mi sono trovata all'età di 18 anni. Pur essendo una esperta nuotatrice, mi ero allontanata

troppo, mi sono ritrovata a largo. Non era la prima volta, ma non avevo considerato la corrente che quel giorno spingeva verso il largo e anche molto forte. Ma al rientro, bracciata dopo bracciata, invece di andare avanti non avanzavo di un solo metro. La riva era sempre più lontana. Allora mi sono fermata, mi sono riposata un po' e ho cercato di capire senza farmi prendere dal panico il da farsi. Non è stato facile perché avevo tanta paura, ma mi sono detta se la paura vince io perdo, così ho capito che dovevo razionare le forze, fermarmi quando mi sentivo stanca, cioè nuotare a tratti, ho impiegato circa 45 minuti, ma ce l'ho fatta. Ho toccato la riva sfinita ma sana e salva, a circa un kilometro in linea d'aria dal luogo dove mi sono tuffata. Ho vinto io.

(...) Naturalmente ognuno di noi ha le proprie risorse, bisognerebbe solo avere la consapevolezza che si acquisisce solo nel momento del pericolo, nelle difficoltà e si tirano fuori in caso di bisogno". (Angela)

"L'Arte del sopravvivere

E strano come le giornate, malgrado la segregazione in casa, scorrono veloci.

Forse perché le passo tra faccende domestiche usuali e pulizie eccezionali delle librerie del mio appartamento trascurate da troppo tempo, tra colazione, pranzo e cena, il tè alle 5 del pomeriggio, serate di dolore davanti alla TV con i suoi servizi micidiali e filmetti dozzinali. Notti insonni.

Non direi la verità se dicessi che mi annoio, soprattutto quando mi riferisco alla raccolta dei tantissimi libri che negli anni ho radunato in casa, senza avere mai il coraggio di buttarne uno.

Li risistemo, li colloco in spazi diversi con un minimo di intuito artistico (?)

I libri sono legati a pezzi della mia vita, ciascuno a situazioni o ad avvenimenti particolari che mi ritornano prepotentemente alla memoria trascinandoci con sé i sentimenti più diversi.

I libri sono legati a persone, a luoghi, a tempi felici e a ore desolate. Li rivivo tutte, sfogliandoli mentre li spolvero, ma velocemente, per non correre il rischio di cadere nella trappola della nostalgia e del rimpianto".

"Ascoltando notiziari e commenti sulle sorti future del nostro Paese sono colpita da come le persone di una certa età vengono catalogate: lo status di "persona anziana" implica per definizione fragilità, bisogno di protezione, praticamente inutilità.

Quale sarà dunque lo spazio spettante a noi anziani nella società in un prossimo domani? Noi siamo considerati un supporto nella creazione e realizzazione di progetti e programmi di vita. Ma non protagonisti. Gli anni passano. La nostra esperienza è il nostro passato, base del futuro di tutti ma non del nostro. Ecco, la paura mia è proprio quella di "sentirmi esclusa dalla vita". E questo annega la speranza". (Maria)

"INDECISI TRA LA SPERANZA E LA PAURA

La paura e la speranza viaggiano sempre vicine, ci soccorre la speranza quando ci sentiamo in pericolo.

In questo periodo siamo sempre in pericolo e la speranza è una costante. La cosa che mi fa più paura è quando tornerò a casa mia. Dovrò affrontare quello che c'è fuori, entrare nei negozi, alla posta, incontrare gente che non vedi da tanto tempo e non sai come comportarti, i vicini di casa, le amiche, entrare in un bar per il caffè, in Chiesa, sempre piena di gente.

Sarà molto difficile ricominciare una vita normale, ci vorrà tanto tempo per non avere più paura. Da anziani ci si sente fragili, indifesi, magari ingiustamente. Io sono protetta dalla famiglia.

Quando rivedrò finalmente Graziella, la abbraccerò e bacerò come una liberazione di un peso enorme, come se la vedessi appena nata. Sogno, sogno sempre questo momento, di una vita normale, bella come prima. Certo, non sapevamo che era bella, meravigliosa, piena di attività, di feste e di cene con amici". (Giovanna)

Selezione dei brani a cura di Sara Degasperì