



SCRIVERE DI SÈ AI TEMPI DEL CORONAVIRUS

caraluatiscrivo@gmail.com

POESIE

MALINCONIA

La musica era struggente seppur incerta
sapevo che mi avrebbe portato in un altrove
dove avrei lasciato una lacrima.

Silvia Valle

SPERANZA

Quando la ragione vacilla
e le sue certezze
diventano tremule nebbie
Tu fiore di loto prezioso
cangiante di mille soli
sbocci nel lago della paura
Tu solo...
e con te... la speranza

Daniela De Prosperis

PRESENZE

Fiammelle nel cortile
per scongiurare
pericolo virus,
il Corona virus,
per disorientarlo
una candela, un suono, un canto.
Un boato “forza Italia
ce la faremo”
ragazzi nella notte
vorrei abbracciarli
chiudo la finestra,

Silenzio.

Stefania Schezzini

PENSIERO DEL MATTINO

Fragilità e incertezza sono, da sempre, compagne degli esseri umani.
Camminano ai nostri fianchi.
Abbiamo inventato l'immaginazione per essere in vantaggio di almeno un passo.
Mai essere presuntuosi.
Abbiamo solo il vantaggio di quel passo.

Laura Mazzeri

PIANGO PER TUTTI VOI

Piango per tutti voi
Che ve ne siete andati in solitudine
Nel vano tentativo
Di trattenere ancora per un poco
Quel lieve respiro che tanto tempo fa
Vi ha donato alla vita.

A chi il vostro ultimo pensiero?
Al dolce sorriso della moglie?
Allo sguardo curioso del vostro bambino?
Alle cure amorevoli di una sorella?
Alla allegra risata di un amico?

Piango per voi
Che avete pagato in silenzio
Gli errori di tutti noi.

Il vostro dolore
È il mio dolore
Lo porterò con me
Ne parlerò alle genti
Lo narrerò ai bambini
Ne scriverò
Ne farò poesia
Affinché il calore della memoria
Non vi faccia sentire soli
Mai più.

Mila

Foto di Cristina Todeschini

prato
la terra
di tenera s'è velata
leggerezza
Come una sposa
novella
offre allibita
alla sua creatura
il pudore
sorridente
di madre
giuseppe ungaretti



PENSIERI/RIFLESSIONI

BERGAMO, LA MIA BERGAMO.

Bergamo, la mia Bergamo.

Quella di Città Alta, di Piazza Vecchia, del Teatro Donizetti, dell'Accademia Carrara, delle corse sui colli e delle "vasche" in via XX Settembre.

La mia Bergamo. La mia vita.

Quella che adesso tace nel silenzio e nel vuoto.

Quella che parla e si riempie della forza e del coraggio della sua gente.

Bergamo, la mia Bergamo.

Quella che oggi sento di amare come non mai e che manca in ogni suo angolo, volto, bellezza e storia.

Quella che continua a respirare attaccata all'ossigeno di un popolo che non molla, che ci prova, che lotta.

La mia Bergamo. I miei bergamaschi. Quelli che non sono mai stati uniti come oggi. Seppure distanti ben oltre i due metri.

Quelli che sarete fortunati quando incontrerete un loro abbraccio.

Quella dei corpi, delle bare e delle vite portate via da chi in guerra ci va veramente.

Via, lontano, senza un saluto o una carezza dei propri cari.

Quella che... una generazione se ne sta andando. Vite che si spengono e diventano ceneri.

Perché il respiro smette di salire, non ce la fa più. E il male invisibile diventa più forte della tempra e del coraggio di chi lotta per salvare le loro vite. Perché quel male non ha chiesto a nessuno il consenso per staccare la spina alla nostra storia, al nostro mondo.

Staccare la spina... noi non lo abbiamo mai fatto.

Bergamo, la nostra Bergamo. Quella che partendo dalle ceneri continuerà a lottare, a respirare, a vivere, a scrivere storie nuove che non dimenticano.

Bergamo, la nostra Bergamo. E sarai ancora più bella.

Laura Di Teodoro

E poi c'è la vita, che non si stanca mai di metterti alla prova. Un momento ti dà e il momento dopo ti toglie. A volte invece toglie e basta e ti ritrovi a guardare il vuoto sperando che un aiuto cada dal cielo, a sperare che il tempo torni indietro, a rimpiangere azioni non compiute o compiute troppo tardi e a chiedere scusa per le pazzie commesse. Sì, perché in questi casi l'intelligenza non serve a niente; perdiamo la testa dimenticando perfino chi eravamo, cosa facevamo e come lo facevamo. La lucidità si offusca, la ragione si perde, la razionalità viene sopraffatta dalle emozioni, la vista si annerchia, le forze ti abbandonano e il cuore si spegne.

E poi c'è la vita, che vorresti che finisse per non sentire più tutto così intensamente, tutto così maledettamente vivido in ogni centimetro della pelle, tutto così forte da farti mancare qualche respiro e ritrovarti l'attimo dopo a sbattere gli occhi così rapidamente per l'incredulità.

E poi c'è la vita, che prima di farti sorridere di nuovo ti fa piangere lacrime fino a che gli occhi ti fanno male, la gola si strige e il petto si comprime. Si fa buio, vedi l'oscurità dentro di te e senti i tuoi pensieri che ti parlano di una soluzione a tutta questa sofferenza, una via di fuga senza possibilità di ritorno; una via che da un lato spaventa, ma dall'altro ti fa sentire quasi sollevata perché ci sia; quella via che finalmente spegnerebbe l'angoscia, l'ansia, la tristezza, la delusione, i rimpianti, le aspettative fallite, ma che impedirebbe anche ad una qualche forma di speranza, di prendere forza e potere, per andare avanti. Perché dopo un aborto, due lutti e un abbandono, non esiste salvezza.

E poi c'è il corona virus e il mondo si ferma. Tutti correvano, scappando dal passato o rincorrendo il futuro; la vita era una continua lotta contro il tempo. Per me invece era diverso; ero abituata

a vivere in maniera semplice e il tempo sembrava non avere quasi importanza. Vivevo giorno per giorno costruendo con forza e determinazione il mio castello, portando avanti i miei principi, donando affetto, vicinanza e comprensione, condividendo sogni e speranze, tutto nell'ignara illusione che le cose stavano andando bene, che ero immersa nell'amore e che tutto prima o poi avrebbe portato i suoi frutti succosi. È così, che nell'ultimo anno passato, quando la vita mi ha messo davanti a sfide importanti, le lancette del tempo hanno iniziato a correre anche nella mia mente. Paura, solitudine, depressione, sconforto e insicurezza hanno preso il sopravvento, avvolgendomi in una densa e oscura nube de "il Nulla".

E poi c'è il corona virus e mi ritrovo ora, qua, sola, isolata in campagna, seduta davanti alla legna ardente nel camino e ipnotizzata dalla fiamma della candela a pensare "Grazie". Le lancette nella mia testa non si sono fermate, non ancora, ma hanno smesso di rimbombare quel ticchettio opprimente che suscitava nel mio corpo quella serie di emozioni paralizzanti per le quali non percepivo più la vita scorrere nel mio sangue e in un attimo realizzo che ho una grande opportunità per ricercare i pezzettini della mia anima frantumata sparpagliati per l'Universo. In questo ritrovato silenzio ho avuto modo di rendermi conto che stavo sbagliando strada. Non dovevo cercare una via o un modo per allontanarmi dal dolore, ma dovevo restare lì, ferma, in ascolto; dovevo solo essere. Essere il dolore che provavo, sentirlo vibrare nel mio corpo e accarezzarlo dolcemente; essere l'ansia che mi stringeva lo stomaco e accettarla; essere la tristezza che fermava il mio cuore e coccolarla. Ho dato spazio e manifestato ogni singola emozione, l'ho riconosciuta e chiamata per nome. Ho meditato, ho camminato, ho contato i respiri, ho smesso di prendere decisioni, non avevo compiti ed obiettivi, non avevo un programma o delle scadenze; ho cucinato, ho disegnato, ho scritto e fatto il sapone, ... semplicemente ero, sentivo e facevo. Ho dedicato la maggior parte del tempo alla mia anima ferita, l'ho ascoltata, compresa e curata; le ho dato modo di esprimersi, di parlare, di esistere. Ho approfittato del tempo, non sono scappata via.

E così per ora continuo a fare, giorno dopo giorno, respiro dopo respiro, attimo dopo attimo; mi osservo, mi ascolto, mi comprendo e mi amo.

E poi ci sarà un "dopo corona virus" ... e chi sa. Secondo la filosofia del "vivere il momento presente" non è dato chiedere cosa accadrà nel futuro, quindi non so cosa farò o come starò, ma certamente non smetterò di cercare i "mattoni gialli".

Con amore, *Sabrina*

INDECISI TRA LA SPERANZA E LA PAURA

Sono sempre stata una persona decisa nelle mie scelte.

Alcune che avrei voluto fare, mi sono state precluse. Molto spesso ho dovuto pagare costi molto alti, ma mai mi sono pentita per un momento delle scelte fatte da me stessa.

Forse un leggero rimorso, quello sì, per aver fatto pagare qualche volta anche ad altri, persone uniche e care, i costi delle mie scelte; ma le ho sempre ritenute, o forse mi si presentavano tali, inevitabili.

Se non avessi fatto alcune scelte, viste da altri sicuramente come sbagliate, sarei morta. Morta dentro. Invece sono qui, rinata ogni volta che sono caduta, (e mi sono fatta molto male in passato, non erano graffi), ogni volta sempre più forte e consapevole.

Ora sono di fronte, lo siamo tutti, ad una scelta ulteriore, avere paura o avere speranza.

Nessuno di noi sa cosa ci aspetta "là fuori", cosa è cambiato e cosa cambierà, quali nuovi problemi si aggiungeranno ai già numerosi che le persone comuni affrontano quotidianamente, o quali forse saranno ritenuti affrontabili con maggior sicurezza.

Anche se non siamo stati direttamente colpiti da questo mostro sconosciuto, mostro in quanto tale, saremo tutti costretti a fare i conti con tante situazioni nuove, dovremo muoverci ancora per molto tempo con cautela.

Come quando si esce da una lunga e provante malattia, anche se non siamo stati malati ne avremo gli stessi effetti; di straniamento, di confusione, di faticosa ripresa con la realtà quotidiana, di preoccupazione.

Ci saranno effetti molto gravi sulla nostra ed altrui economia.

Per me, che da sempre percepisco stipendi non dico da fame, ma quasi, credo cambierà poco, se non nulla. Sempre che mi sia mantenuto il posto di lavoro.

Perchè io, nata negli anni 60, in pieno baby boom per intenderci, ho raggiunto ora quell'età dove non sei né carne né pesce. Non sei più in grado di cercare o cambiare posto di lavoro (tenersi stretto quello attuale è una priorità), e non puoi permetterti il ritiro dallo stesso... troppo giovane e troppo vecchia, inutile lamentarsene troppo, è così, vale per me e per tante altre persone come me.

Ma questo non è un segnale di resa, anzi, è un segnale di speranza. Anche se ormai c'è in me una stanchezza fisica e mentale importante, combatto per la mia sopravvivenza, per non pesare sulle spalle di nessuno. Non è gran facile, ma ci si prova fino a quando entrambe le forze, fisiche e mentali, assistono.

Perciò il mio, anche ora, è un sentire di speranza. Speranza di poter tornare al mio lavoro ed alle mie attività, salvifiche, al di fuori del lavoro, le aspetto con fiducia, torneranno, Non ho paura, non voglio nemmeno pensare di farmela cadere addosso.

E non è leggerezza o incoscienza.

Sarebbe come scivolare nuovamente in quella spirale, già vissuta, che non lascia scampo e ti fa precipitare.

Invece questo lungo e lento periodo mi insegna a rafforzare la speranza, ed il desiderio, di avere ancora delle scelte da poter fare, anche piccole, ma poterle fare, esserne in grado, deciderle da sola... questo corso, piuttosto che quello, questa mostra, piuttosto dell'altra, questo nuovo libro da acquistare... piccole

cose, ma preziosissime, se non si ha paura.

Se invece la si ha, tutto diventa insignificante, perché la paura blocca, sovrasta ogni altra emozione e ti impedisce di vedere la realtà, che diventa amplificata e incontrollabile.

Quindi io vorrei portare in dono un messaggio di speranza; la speranza comune può fare da scudo alla fatica della paura singola.

Il silenzio e la solitudine possono essere abitati, bisogna ascoltarli.

Cerchiamo di avere fiducia e speranza anche in quell'esile figurina bianca, sola, sotto la pioggia, in una piazza enorme e desolata; colpisce, insegna a non perdere la speranza pur di fronte ad un evento così catastrofico: molte altre catastrofi esistono in molti luoghi del nostro mondo, ricordiamocene sempre.

Io non sono una gran credente, non pratico i luoghi di fede; ma mi accorgo di avere molta più fede di tanti ferventi. Credo nelle leggi della natura, fortemente, anche in quelle circostanze dove pare di non capire il senso di ciò che ci sta dicendo.

La mia speranza è un obiettivo, spero lo diventi per tutti quelli che la stanno perdendo.

E forse questa malconcia pallina che si chiama terra potrà rinascere dalle sue stesse ceneri.

Anna Sacchetto

UN PENSIERO

La mia vita mi ha costretto spesso a ridurre i miei spazi vitali, per custodirmi, ma anche per paura.

Ora sento di sapere come si fa a rispettare questi tempi difficili, come quello che stiamo vivendo.

Capisco che quello che è stato mi rende forte oggi che posso finalmente donare un po' d'attenzione e cura ai miei anziani genitori. Sì, lo so, ce l'avrebbero fatta anche senza di me, tuttavia sono convinta che siano contenti di avermi tra i piedi, soprattutto ora che sono felice di vivere in ogni caso.

La mia mamma cade spesso in umor depresso e ci vuole della grinta dolce per farla alzare e mandarla a fare la doccia. Poi esce dal bagno truccata e deliziosamente sorridente. Lo so, è una cosa da nulla, ma sono contenta di vederla più serena e capace di gustare una minestra cucinata con calma da suo marito con il quale da anni non parlava più.

Voi potreste pensare che io sia il terzo scomodo, ma credo di essere per loro quella ragazzina che non hanno mai potuto gustarsi perché incerta, malata e arrabbiata, non sapeva affrontare la vita. Sì, mi ci è voluta una vita, ma n'è valsa la pena esserci oggi e poter condividere una quotidianità stramba, eppure così piena di occasioni. L'occasione di misurare gli spazi per poter desiderare di allargare l'orizzonte sapendo che prezzo abbia un tale sguardo. L'occasione di fare tesoro di tutto quello che c'era stato perché forse non sarà più possibile viverlo come si faceva prima. La speranza che questo sia un momento per avviare un cambiamento concreto, profondo e irreversibile che ci spinge verso tutto ciò che abbiamo desiderato di buono per le nostre vite e per la comunità mondiale. Questo periodo tutto strano, che nasconde potenzialità e inganni, che si spera possa aprire il sentiero a qualcosa di completamente inatteso e nuovo finalmente, mi fa desiderare una nuova vita che camminando porti con sé dentro un cestino tante cose di ciò che è venuto prima tenute con cura, preziose al loro posto mentre entriamo dentro un dopo coraggioso, ingenuo nuovamente, intelligente, un sogno che ci spingerà tutti insieme oltre.

E così questa mia famiglia di adulti che piano piano si adattano alla situazione difficile, spera insieme a tutti di poter presto aprire la sua porta al via vai, al vado e torno, e anche al vado e non torno, allo stare nelle piazze affollate o seduti sotto un albero, camminare con le braccia penzoloni nelle strade di una città-mondo diversa, faticosa anche, ma con un nuovo respiro. La mia famiglia allora saluta tutte le altre famiglie, le altre case e nella fatica quotidiana è consapevole di accogliere e vivere con tutte le persone del mondo.

Costanza Tuor



Foto di Flavio Scanarotti

“Come immagino capiti a molti di voi, scopro ogni giorno nuove proposte – davvero creative e originali – per aiutare noi genitori a passare le lunghe giornate in casa con i bambini. Sono iniziative apprezzabili - trasmissioni radiofoniche, spettacoli teatrali, fiabe al telefono, tour virtuali nei musei, giochi didattici interattivi - che testimoniano il desiderio e la volontà di farci sentire tutti uniti, vicini seppur lontani. Fantastico!

Ma... vi chiedo... voi ce l'avete davvero tutto 'sto tempo libero?!

Sarà che ho tre figli in età scolare e siamo alle prese con classroom e drive, app e programmi di cui non ricordo il nome, e-mail, messaggi whatsapp e fotocopie, scadenze e consegne di compiti attraverso i canali più diversi... Credo che stiamo facendo tutti del nostro meglio, insegnanti compresi, ma, vi imploro: abbiate pietà!

Sarà che le faccende domestiche quotidiane sono intensificate dalla presenza costante in casa e si passa molto tempo a riordinare e pulire...

Sarà che, personalmente, non sarei a corto di idee di cose tranquille da fare in casa in semplicità: conversare, leggere, ascoltare, musica, guardare qualcosa di bello, giochi da tavolo, oziare... Ma 'sto diritto all'ozio di cui tanto si parla – il diritto cioè a vivere momenti di tempo non programmati dagli adulti - vogliamo esercitarlo?!

E non riesco a immaginare come passi le giornate chi fa il telelavoro... (Mamma, mi aiuti? Papà, posso...? Mamma, mi prendi...? Papà, ho fame! ecc.)

Insomma... tutta 'sta necessità di riempire le giornate, io non la sento!!!

Vedo, piuttosto, un rischio! Liberi o segregati, rischiamo di rimanere intrappolati negli stessi paradigmi, logiche e dinamiche di sempre: questa irresistibile tentazione di dover a tutti i costi riempire il tempo di attività!!!

E lo dico con grande rispetto e considerazione per chi, questi interrogativi, non ha neanche il tempo di porsi; mi riferisco a coloro che sono "in prima linea": gli operatori sanitari, ma anche chi lavora in supermercati, farmacie e fabbriche e chiunque in questo momento sia costretto per lavoro a esporsi.

Nella mia famiglia siamo tutti e 5 a casa. Mio marito già da qualche settimana: essendo lavoratore autonomo, gli hanno cancellato intere settimane di lavoro programmate. Da mercoledì sono a casa anche io. Siamo un po' preoccupati per la nostra situazione economica, ma grati di non essere costretti a uscire di casa, se non per la spesa. E lo stiamo vivendo come un privilegio, quello di poter "restare al sicuro nelle nostre tiepide case".

E non ci vergogniamo di dire che possiamo fare a meno dei consigli su come passare il tempo in famiglia! Della serie: #lasciateciltempo #fiduciaaigenitori

Maddalena Franzoi

"Ci sono tante cose che si possono fare oggi, usando bene e non sprecando il tempo che ci viene concesso. Anche se oggi la costrizione può sembrare una galera. Per superare indenni la primavera e regalarsi una stagione di sole. Sole che sembra di nuovo possibile da qualche giorno, guardando la morsa del virus che comincia ad allentare la presa. Si può leggere, scrivere, telefonare, fare volontariato, cucinare e... ricamare.

Guarda cosa sto facendo, mi dice Anna visibilmente soddisfatta e commossa. "Ho preso ago e filo e mi sono messa a ricamare". Non sento il peso del tempo che passa, dice, perchè fare cose, inventare e scoprire capacità sempre tenute in cantina in attesa di un tempo adatto, si sono oggi rivelate. Con forza e con efficacia. (...) Così Anna in questi giorni ha preso ago e filo e ora sta realizzando su di un panno un'intera città. Nel drappo c'è un paesaggio bucolico, un quadro impressionista. C'è un sole grande come quello di Prevert, quando nella sua poesia fa tirare la giacca all'operaio che va a chiudersi dentro ad una fabbrica: Gli chiede che se un giorno così luminoso non sia forse il caso di evitare di regalarlo ad un padrone.

Ci sono filari di alberi, come quelli che lei vorrebbe fossero piantati su tutte le strade di campagna, per fare ombra e seminare bellezza e inventare nuovo paesaggio. cosa che non si fa più, perchè l'ombra diminuisce la produzione di riso. Come se seminare bellezza e mangiare ossigeno o spezzatini di creato, non fosse altrettanto importante per calmare la fame dello spirito e del corpo. Nel telo c'è un seminatore. Semina chicchi di significato per riempire i granai. Forse il contadino pensa a Margherita. Margherita è la Yourcenar la scrittrice che sosteneva che riempire i granai di senso e di etica oggi è come una volta quando li si riempiva di grano. Riserva per contrastare "un inverno di paura che da molti indizi ormai sento arrivare".

Il disegno ricamato non è ancora finito. Non so poi girerà di casa in casa per raccontare spartiti di futuro, oppure finirà stirato e piegato con cura dentro ad un cassetto. Quello che è certo è che nel drappo c'è tanto colore e il colore è la cosa che ci manca oggi. Per riempire le nostre giornate di attesa.

Il colore è la vita che trionfa e deborda ovunque, nonostante le nostre tristezze, a dispetto delle nostre paure, in opposizione alla fatica dell'esistenza.

Buon ricamo!"

Adriano Arlenghi

STAGIONI MANCATE

Quando usciremo sarà primavera. Primavera perché sarà aprile.

È la prima volta, da quando sono nata, che non ho sotto gli occhi il mutare silenzioso delle infioriture primaverili. Sempre attenta a scorgerne le variazioni di colore. Da quello pieno a quello appassito del fiore che cade e lascia il nuovo.

È la prima volta che non ho sotto gli occhi l'inverdarsi prepotente dei prati e l'erba che cresce fino a metà gamba che poi la devi tagliare.

È la prima volta, da quando sono nata, che non respiro l'aria frizzante della mattina presto che ci vuole il golfino e poi se cammini sudi ti scopri e ti ricopri.

Mi mancano due stagioni.

Mi mancano all'appello come se avessi vissuto un anno mozzo.

Ma mozzato di che?

Dell'idea che noi abbiamo della ciclicità degli eventi che inevitabilmente, nella nostra umana arrogante stupidità di governare il tempo, abbiamo fatto coincidere con le nostre abitudini.

Eppure questo ciclo s'è rotto e si è interrotto.

L'inverno era freddo e neve... Qui ci sarebbe da scrivere un sacco di cose. E l'inverno non esiste più. Anche se il coronavirus verrà debellato, l'inverno non tornerà.

La primavera c'è. Là fuori continua ad esserci.

Ma noi non possiamo più appesantirla con i nostri ritmi cronologici.

S'è ribellata la primavera e liberata di noi.

Scuola fino alle vacanze di Pasqua, Prove Invalsi, ponti del 25 aprile e 1° maggio, 2 giugno poi finisce la scuola, esami per chi li ha, poi c'è l'estate e si va in vacanza poi torna l'autunno e l'inverno che non esiste più. Perché, si sa, non ci sono più le stagioni come una volta.

Di questo sono contenta. Del fatto che non possiamo più credere che le cose debbano andare come abbiamo deciso. Del fatto che non possiamo più sentirci padroni.

La primavera e l'inverno vanno e vengono come e quando vogliono loro. Mettiamola così: se l'inverno lo scocciamo lui non torna e la primavera non aspetta che noi usciamo di casa prima di arrivare.

Maria Lucia Rametta

La minaccia del riscaldamento globale rimane per molti ancora troppo astratta e lontana e quindi non abbastanza forte da spingerci a cambiare rotta rispetto al nostro sistema di vita. Ma ecco che arriva il Coronavirus!!! Che sia un'ulteriore opportunità benevolmente concessaci per farci aprire finalmente gli occhi? Il non-umano, che abbiamo espulso dalla nostra visione del mondo, nella nostra illusione di onnipotenza e controllo, sta bussando insistentemente alla nostra porta. Sprecheremo anche questa occasione?



Foto di Maddalena Franzoi

SCRIVERE DI SÈ AI TEMPI DEL CORONAVIRUS

Non scorre questa scrittura fluida sulle pagine di un quaderno macchiato di caffè del mattino. Mi viene da vomitare.

Tutti questi pensieri bloccano lo scorrere della mia mano silenziosa, che vorrebbe lasciare una traccia di sé senza che la mente, con la sua irruenza, intervenisse solo per lasciare un segno della sua logica insensata, che in questo momento non nutre attimi di pace che trovano sostegno solo nella magica intuizione che proviene dal vuoto e dal silenzio. L'intuito è lì, lì mi connetto ad esso, nel silenzio e nel vuoto trova spazio l'intuizione che proviene dalle viscere del mio cuore, del mio corpo, che non ha regole precise da seguire ma sempre sa suggerirmi ciò che è bene fare per me in questo momento, che è l'unico istante che posso vivere sempre. Qui, adesso. Adesso sei qui. Rimani qui adesso! Non fuggire. Non avere paura. Resta.

Non fare rumore, unisciti al vuoto di queste stanze e diventa parte integrante di esse.

Sei un tutt'uno con l'universo, sei un tutt'uno con l'ambiente che ti ospita.

Sei casa estesa.

Sei luogo sicuro in cui scaldarti.

Sei luogo sicuro in cui amarti.

Sei luogo sicuro in cui essere te stessa.

Sei luogo sicuro in cui semplicemente essere e restare in silenzio.

Il silenzio è cosa viva. Dicono.

Sì. Il silenzio è cosa viva. Nel silenzio odo le voci della mia anima, che sussurra parole al mio cuore. Sono confuse. Talvolta iniziano un dialogo di botta e risposta senza fine.

Poi, la quiete.

Calma! C'è posto per tutte! Vi ascolto. Vi accolgo come dentro ad un abbraccio materno. Non scalpitate, non ruggite! Sedetevi comode. Ho tempo per tutte. Non affannatevi per voler essere ascoltate. Un giorno udirò ciò che devo sentire e lì agirò mettendo i miei passi nel giusto sentiero. Quello del mio cuore. Quella è la voce da seguire. Quella del cuore. Sembra difficile distinguerla. Ma lei è insistente, non demorde, non si scoraggia, non cede e ci fa compagnia come una bambina testarda per essere ascoltata finché non le diciamo: "Ok, ti ascolto. E' un po' strano quello che dici, ma ti seguo."

Ti seguo. Lascio tutto, abbandono le mie paure, abbandono le mie aspettative, i programmi, la logica, le previsioni, il 'dovrei fare così' e 'dovrebbe andare così' e TI SEGUO. Ti prendo per mano. Mi nutro di te e ti faccio entrare nella mia gola, ti faccio mia. Diventi la mia voce. Un'unica voce che si espande per portare luce dentro e fuori. Una voce che non ha suono, se non quello delicato di fili d'erba che soffici si muovono con il vento e strusciano gli uni sugli altri senza pretese. Si lasciano andare. Si affidano e si fidano del vento. Non controllano il movimento ma sono presenti e sanno ciò che fanno. Solo che lo fanno e basta. Senza pretese. Senza chiedersi 'dove mi porterà tutto questo movimento?', 'chi sarò dopo?', 'come starò?', 'chi avrò ancora vicino?'...e intanto mi sono persa tutto ciò che stavo vivendo, quel movimento sinuoso e godereccio se n'è andato. Il vento si è fermato.

Ora sono immobile. E ora? E ora basta. E ora basta con queste chiacchiere insensate. Ora fai solo silenzio. Non mi importa se arriveranno a trovarti le tue frustrazioni, le tue paure, i tuoi mostri, le tue ombre. Non mi interessa. Ora è ora di crescere, di accettarle tutte, perché fanno parte di te come la bellezza, il profumo della pelle, la gioia, il calore, la gratitudine, l'accoglienza, la compassione. E' troppo facile prendere solo il buono. Non funziona così.

E quindi ora ti fermi.

Ti fermi e ascolti.

E non ti alzi a cercare qualcosa che riempia quel vuoto che senti, ma stai nel vuoto, lo abiti con tutti quelli che sono venuti a trovarti. Rabbia, fastidio, frustrazione, solitudine, ansia, angoscia, paura della morte, paura di non rivedere più le persone che ami, paura della sopravvivenza, paura che tutto torni come prima. Ora li guardi tutti in faccia. Prepari un bel banchetto sfizioso, li fai accomodare, ti accomodi con loro e gli rendi grazia per essere venuti, perché ciascuno di loro ha in serbo per te un dono, un dono nascosto. Nascosto tra le piaghe dell'anima. Ma c'è, fidati, c'è. Ognuno è arrivato con mani piene. Ma tu non hai il coraggio di guardare. Cosa credi di trovare? Sono sempre e solo altre parti di te. Altre parti di te. Non le vuoi? E che ci faccio? Le vado a vendere al mercato al miglior offerente? Non si può. Bisogna che te le tieni, fai pace con loro, le guardi, ti siedi fianco a fianco e piano piano si trasformeranno in fiducia, forza di volontà, coraggio, amore, perseveranza, fedeltà, unione. Unione. E' questo che cerchi? Sì cerco l'unione. Per trovarla devi accettare tutto quello che si muove dentro di te. Sono tutti pezzi del tuo puzzle. Non vuoi i pezzi di puzzle scuri, quelli un po' rovinati? Allora alla fine sarà incompleto. Mancherà qualcosa e non starà in piedi. Tutti i pezzi del puzzle sono indispensabili per creare l'opera d'arte che sei. Sei una splendida opera d'arte fatta di luci ed ombre. Accogli tutti. Abbracciali. Fai una festa e danza con loro. Non escludere nessuno dalla tua casa, fai spazio anche a quelli che non vorresti e impara a conoscerli. Troverai cose che non ti aspettavi. Lì dove c'è la paura si nasconde un tesoro coperto dalla polvere. Soffia come il vento, osserva come un'aquila, custodisci come una madre e dona con amore.

Questa sei tu. Benvenuta nella tua casa.

Prenditi cura di tutte le stanze. Dai luce ad ognuna di loro, anche a quelle che non ti piacciono tanto. Stacci dentro, vivile, abitale per sentire quello che hanno da dirti. Per ascoltare i messaggi che racchiudono in quelle pareti. E poi cambia. Cambia stanza, accomodati in un'altra. Senti come stai e ringrazia per l'accoglienza ricevuta. Fonditi con tutte le stanze della tua casa. Non opporti a nessuna di esse.

Risiedi all'interno di una villa, non vivere come se abitassi in un monocale, o prima o poi ti stancherai!

Valentina Battistoni

Foto di Valentina Battistoni

Urlano nel silenzio

Vogliono Farsi spazio

Danzare liberamente Sul bordo dell'acqua

Sospese Riaffiorano



Moncalieri, 3 Aprile 2020

“È da un paio di giorni che penso a come testimoniare io questo periodo, a cosa scrivere sui social o ai miei cari per dire come va, come sto, cosa succede davvero là fuori, o là dentro l'ospedale. Questione di prospettive.

Ho passato un momento difficile in partenza, quando mi hanno spostato con un ordine di servizio dal posto per me perfetto al reparto Covid 1 del Santa Croce di Moncalieri. Covid 1, sì! Intanto è giusto che sappiate che in quest'ospedale c'è ben più di un reparto Covid. Che siano letti di medicina internistica, di subintensiva, di rianimazione o di pronto soccorso, sappiate che buona parte dell'ospedale attualmente è coinvolto. Al telefono mi hanno detto: Claudia, in ospedale abbiamo bisogno di te e delle tue competenze coi pazienti ventilati.

È stata una sberla, che però mi aspettavo da un po'. I pazienti ventilati, ho pensato. Quelli sottoposti a ventilazione non invasiva, ma magari a pressione positiva. Bel casino, mi son detta. E ora? Mi infetto sicuro! E con le bambine come faccio? Una bambina di 4 e una di 2 anni, come lo capiscono che devono starmi lontane?

Le ho mandate via, con mio marito. Sono andati a stare da mia suocera, che ha una casa su due piani, praticamente due appartamenti.

Ho pianto? Sì, tanto.

Mi sentivo sola e non vedevo la fine del tunnel. Erano i giorni del picco. C'era una pressione di ricovero veramente elevata. E c'erano continuamente nomi di colleghi dell'ospedale che alimentavano le liste degli operatori contagiati.

Ma in videochiamata con loro non riuscivo a far percepire la presenza della loro mamma. La più grande spesso non voleva neanche parlarmi. Dopo ogni telefonata mi chiedevo quali conseguenze poteva portare nelle loro vite un'esperienza simile. Mi sono data del tempo per capire come poterci convivere, come poter arginare e limitare i rischi.

Ho discusso con mio marito a lungo su come avremmo potuto gestire la cosa, senza dover più ricorrere ai nonni e tenere al sicuro almeno loro mentre noi si lavorava entrambi, lui da casa e io in ospedale coi turni. Discutiamo ancora ogni giorno, una stabilità ora non l'avremo mai. Ma sono tornati e siamo di nuovo insieme con tutte le fatiche che questo comporta.

Nel frattempo, in parallelo, la mia vita ospedaliera è trascorsa e trascorre tutt'ora tra lacrime e sorrisi. Noi siamo le uniche persone che i nostri pazienti vedono ogni giorno, l'unico contatto fisico col mondo fuori. È a noi che chiedono cosa succede in strada, che tempo fa. Di certo non si può entrare col muso. Si sorride. Sempre. Sapete quale sia la cosa più assurda che ho notato essermi capitata in questo periodo di restrizioni ministeriali? Tra il cambio di colleghi e il continuo movimento di pazienti, credo di aver instaurato una quantità di conoscenze e relazioni in queste settimane che mai nella vita. E direi che posso permettermi di dire che non è solo la quantità a colpirmi, ma la qualità di ognuna di esse.

Ho assistito a chiamate e videochiamate di saluto con figli e nipoti prima di un'intubazione. In anni in cui ho lavorato in rianimazione, compresa la rianimazione del Giovanni Bosco aperta 24 ore, un'esperienza così destrutturante non l'avevo mai provata.

Ho anche fatto da tramite a una figlia con la sua mamma che ormai in coma non rispondeva più. Ho messo il vivavoce per farle sentire la sua voce, le ho descritto ogni movimento della madre e accarezzata e coccolata come mi chiedeva dalla cornetta la donna, la cui voce tremava e si rompeva in singhiozzi. Io non lo so cosa mi fa stare in piedi in quei momenti. Forse le tute che ci danno contengono dei superpoteri.

Vi assicuro però che gli occhi, l'unica cosa da cui ci riconosciamo, non mentono mai. Lacrimano spesso. Sono la nostra valvola di decompressione. Col limite che poi si appannano occhiali e visor e ci va qualche attimo perché si riesca a vedere di nuovo qualcosa.

Ecco, dopo tutto però pensavo che di tutte queste nostre fatiche, difficoltà e rinunce si parla già tanto. E ne abbiamo bisogno, perciò scusateci se siamo a volte ripetitivi, ma concedetecelo. Che sentiamo tutti di portare un peso addosso decisamente troppo grande. Mi sono anche detta che a questo punto ci voleva anche una storia di lacrime, sì ma di gioia. E questa storia non ha tardato ad arrivare.

Qualche giorno fa mi sono ritrovata a spiegare ad una paziente come sarebbe potuta essere la sua dimissione "protetta". Le ho spiegato che l'isolamento purtroppo non sarebbe finito. Le ho spiegato che il tempo degli abbracci coi suoi cari non era ancora vicino e che se le condizioni strutturali della sua abitazione non lo permettevano, nella tutela dei suoi parenti conviventi, forse non poteva tornare ancora a casa sua, ma in una struttura a terminare la convalescenza fino a completa negativizzazione dell'infezione. Purtroppo sono cose che vanno dette a un certo punto, soprattutto se vengono chieste, come era accaduto in questo caso.

Ha pianto a singhiozzi. Volevo abbracciarla forte ma non potevo. Le ho stretto le mani e l'ho guardata negli occhi consapevole di averli ormai pieni di lacrime anch'io, come per dirle che la capivo ma che doveva esser forte ancora un po', perché lei sarebbe uscita e quell'incubo sarebbe finito.

Due giorni fa l'abbiamo dimessa. A casa sua, una casa che permetteva di isolarsi ma convivere. Con suo marito.

Io una gioia così la ricordo da ragazzina, quando non vedevo il mio fidanzato per giorni. Ho visto una cura nel prepararsi e un'eccitazione veramente tenera.

È venuto il figlio a prenderla. Con mascherina e guanti, certamente. Le aveva portato il vestito per uscire. Le ho recapitato il cambio in camera. Sapere che il figlio fosse fuori già le aveva fatto salire la commozione. Si è preparata in fretta, tremando. L'ho accompagnata all'ingresso principale dove lui la stava aspettando che aveva già iniziato a piangere. E mi ha detto una cosa fortissima: "Sono così felice di vederlo che è come lo avessi partorito di nuovo".

E poi si sono visti e, tra le lacrime, stretti le mani a vicenda. Lui le ha preso la borsa e mano nella mano sono usciti. Mascherina e guanti entrambi a dividerli, ma due cuori più vicini non li avevo mai visti".

Claudia Di Turi