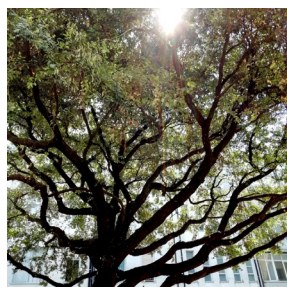
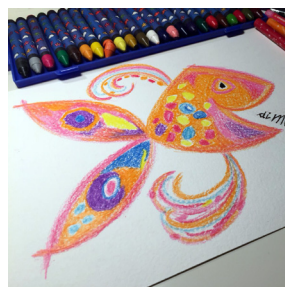
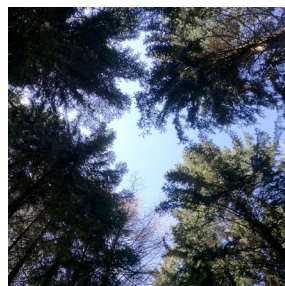


Di se Govinda: « La tua deliberazione rallegra il mio cuore. Ma dimmi, come potrebbe essere possibile? Come potrebbe la dottrina del Buddha prima ancora che noi l'abbiamo intesa, aver maturato per noi i suoi frutti migliori? ».

Disse Siddharta: « Godiamoci questi frutti, o Govinda, e **attendiam** quelli che verranno! Ma tutto di cui già ora andiamo debitori a Gotama consiste in ciò, in'egli ci porta via dai Samana! Se **egli** abbia anche altro e di meglio da darci questo, o amico, lo vedremo, attendiamo in anticipo un cuore **tranquillo** ».

Quello stesso giorno Siddharta notificò al più vecchio dei Samana la propria decisione di voler lasciare. Ciò gli rese noto con quella cortesia quella modesta che si addiceva a un giovane e a un discepolo. Ma il Samana andò in collera, tanto che i due giovani lo videro abbandonare



Viaggio nel nonostante tutto

Storie di tutti Noi

Progetto dell'OPI Venezia
a cura di Sabina Ferro



Viaggio nel nonostante tutto

Storie di tutti Noi

*Progetto dell'Ordine delle Professioni Infermieristiche
della provincia di Venezia*

*a cura di Sabina Ferro
esperta in Medicina Narrativa
e pratiche autobiografiche*



Edito dall'Ordine delle Professioni Infermieristiche della provincia di Venezia
www.opivenezia.it

Cura e realizzazione editoriale: AD3 comunicazione®
www.ad3.it

Stampato nel mese di novembre 2021 su carta certificata FSC®
da Press Up srl, Roma

Ringraziamenti

A tutti quelli che hanno scritto

A tutti quelli che hanno pensato di farlo

A tutti quelli che ci hanno creduto

A tutti quelli che non mollano

Indice

Presentazione.....	7
CON UNA PAROLA.....	16
STARE SEMPRE E NONOSTANTE TUTTO!!!.....	19
DIARIO di un VIAGGIO.....	57
DIETRO le MASCHERINE... Io e Noi.....	75
FRAMMENTI DI SILENZIO.....	85
“VERSO” ogni GIORNO.....	91
FOTO E PROGETTI: uno sguardo oltre.....	103
Conclusioni.....	109

Presentazione

Una frenata improvvisa in un mondo in corsa

Una frenata improvvisa in un mondo in corsa: così è stato quel 7 marzo 2020, e fin da subito molti colleghi impegnati in prima linea hanno iniziato a scriverci e mandarci le loro testimonianze di vita quotidiana con il Covid 19. In un momento storico tanto destabilizzante emergeva un bisogno impellente di raccontare cosa stava succedendo e soprattutto si percepiva il bisogno, quasi terapeutico, di condividere i propri vissuti.

Il progetto di raccogliere queste testimonianze ha preso poi forma nel tempo, eravamo convinti man mano che ci arrivavano le testimonianze che nulla di quel “sentire” doveva andare perduto, ma quelle parole dovevano diventare memoria e patrimonio di tutti. Abbiamo chiesto alla collega Sabina Ferro, esperta di Medicina Narrativa, con cui avevamo già condiviso altri progetti dell’Ordine, di aiutarci ed ecco realizzata una prima parte del progetto con questa pubblicazione dove c’è il contributo prezioso di tutti quelli che hanno voluto raccontare.

Un ringraziamento particolare a Stefania Polvani, Presidente SIMeN (Società italiana medicina narrativa) e Nicoletta Suter, Consigliera SIMeN, per il loro prezioso supporto e contributo.

Vi auguro buona lettura con la speranza di continuare il nostro viaggio nella narrazione.

Marina Bottacin, Presidente OPI Venezia

Ordine delle Professioni Infermieristiche della provincia di Venezia

Consiglio direttivo

Presidente: Marina Bottacin
Vice Presidente: Antonio Rigato
Segretario: Federico Michieletto
Tesoriere: Francesco Gallo
Consiglieri: Davide Ardizzon, Daniele Casamento,
Mattia De Giovanni, Marco Mantice, Niccolò Melluso,
Sonia Milan, Luca Montella, Manuela Pizzuto, Margherita
Rampado, Maria Cristina Rosa, Enrico Zanninello

Collegio dei revisori dei conti

Membro effettivo: Luigi Di Micco
Membro effettivo: Alessandra De Marchi
Membro supplente: Sonia Zecchin

Preziosi contributi dalla Società Italiana di Medicina Narrativa

Il viaggio nelle storie

Me ne sono convinta per sempre: le storie iniziano ma non finiscono.

Le storie di “Viaggio nel nonostante tutto” iniziano nel 2020 e mentre le leggi, le rileggi, le ripensi, senti che oggi sono ancora in cammino... La Medicina Narrativa dà luce al fatto che ogni persona ha una storia, fatta di tante storie che sono iniziate un giorno e che continuano a viaggiare. Questo libro vuole celebrare il tragitto che parte un giorno, nel 2020, dal silenzio in cui all'improvviso ci siamo ritrovati tutti, così anche gli infermieri e medici che ci hanno qui donato il loro incontro con l'esperienza di una nuova paura e una nuova speranza attraverso originalissime fotografie e poesie, potentissimi disegni.

Iniziano e non finiscono. E, si sa, non c'è una storia più bella di un'altra.

La Medicina Narrativa, anche grazie a questo libro lo conferma. Per questo, come persona fortunata che ha incontrato fiumi di storie, in tante diverse forme, mi sono inventata un gioco, per onorarle tutte senza differenza. Il gioco si chiama “Voilà”. A volte cerco una storia, senza pensare troppo, a cui chiedo di dare voce alle tante altre. E lei arriva, voilà. Oggi da questo bellissimo libro mi è arrivata l'immagine di una barca. Non è una foto. Non è un disegno. Cos'è? È un ricamo. Quella barca è fatta con il

tempo, con le mani, in complicità. Mi trasmette il silenzio, il tempo sospeso, l'unione ritrovata tra le persone. Mi parla della semplicità, della casa, di chi la abita. Mi fa ritrovare l'acqua e la natura di altre foto, la casa e la quotidianità con gli animali che ci fanno sorridere, le parole evocative delle poesie.

Una barca ci connette con le altre Storie, con le nostre storie in viaggio. Ci chiedono tutte di continuare la nostra Vita, ci chiedono tutte di R-Esistere.

Stefania Polvani, Presidente SIMeN, sociologa

... E sono storie che ci chiedono di ritornare al Respiro, quello che spesso ci è mancato in questi mesi del 2020, quello che ancora annaspa dietro le mascherine o che si muove nel petto di chi è in vita grazie ad un respiratore. Le storie ci tolgono e ci ridanno fiato, a volte ci portano nel cuore di ferite, traumi, dolori indicibili e poi ecco ci risollemano verso la fiducia e la speranza.

Attraverso la lettura di questo libro ho ritrovato uno spazio-tempo in cui ho respirato parole, immagini, voci, intuizioni che mi hanno nutrita e mi hanno rassicurata. Sì, rassicurata perché come persona ho toccato di nuovo con mano e su me stessa il valore trasformativo della lettura di quanto scritto da altri; e perché come formatrice ho sentito nuovamente la spinta a continuare in questo lavoro di "cura narrativa", una grande opportunità e realtà presente nel nostro Paese e che ha bisogno di appartenere sempre più alle nostre comunità sanitarie, educative e sociali in senso ampio.

Le storie si possono raccontare con la voce, scrivere, leggere, disegnare, immaginare, mettere in scena, tramandare, modellare e rimodellare ma sempre hanno bisogno di un ascoltatore attento, il loro fondamento è nella relazione e nella reciprocità, nella loro capacità di tessere trame che ci mettono in connessione e ci permettono di riconoscerci tutti uguali, nella nostra umanità.

Provo riconoscenza nei confronti di tutti gli autori e di chi ha saputo mettere insieme in questo libro le tante testimonianze e tracce a ricordo di un anno indimenticabile e molto complesso della nostra storia umana. E nello stesso tempo offrendoci un invito ad allenare il coraggio di vivere, “nonostante tutto”.

Nicoletta Suter, Consigliera SIMeN, formatrice

Il progetto

La proposta dell'OPI di collaborare al progetto di raccolta delle testimonianze di tanti colleghi è stata da me accolta subito con entusiasmo.

Abbiamo iniziato insieme a tracciare le varie possibilità di raccolta e di sviluppo di questo progetto anche confrontandoci con la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari e la Società di Medicina Narrativa Italiana. È maturata così l'idea di raccogliere le storie non solo degli infermieri, ma di tutti in quanto la pandemia era un'esperienza che coinvolgeva tutti.

Così ho iniziato a chiedere ai vari colleghi, narratori e "simpatizzanti" dei corsi di Medicina Narrativa e Scrittura autobiografica, d'inviarmi i loro pensieri e le loro parole.

Il tutto senza dare delle precise sollecitazioni... il tutto lasciato libero a quanti avevano bisogno di far emergere l'inconsueto e l'incredibile di questa situazione. Curioso è stato notare che per raccontarsi si sono scelte da subito delle forme come la poesia, il diario, le lettere ma anche le fotografie e il disegno secondo il metodo caviardage.

Il progetto ha raccolto da subito aspetti comuni degli scritti, prodotti da circa una trentina di persone. Aspetti che si sono notati e sono stati valorizzati dalle parole e dalle espressioni che venivano utilizzate.

Ancora una volta abbiamo potuto constatare che, se lasciato il giusto spazio, il fattore umano e le nostre emozioni ci hanno tenuti legati e fatto sentire meno soli e in una comunanza universale.

Il progetto è stato diviso in capitoli che ho ordinato seguendo un fil rouge, allo scopo di portarci proprio dentro questo insolito viaggio di giorni e mesi che ha caratterizzato la nostra quarantena.

La raccolta si è aperta:

- **CON UNA PAROLA**, perché così è iniziato questo viaggio, chiedendo a operatori sanitari e amici che parole “sentivano” in quel momento che potessero esprimere ciò che stavano provando;
- **STARE SEMPRE E NONOSTANTE TUTTO**, è stato il moto dei vari racconti di mamme, amiche, studenti e operatori sanitari e che ha fatto risplendere di tradizioni, di valori, di speranza, di rinascite un domani offuscato dal numero dei contagi;
- è seguita poi quella che è stata, per alcuni, la sensazione di iniziare un viaggio quindi un **DIARIO di UN VIAGGIO**. Il racconto di una crescita personale di una delle infermiere del percorso di Medicina Narrativa, che è stato accompagnato dalla scrittura e da questo particolare “stand-by epocale”;
- poi nelle nostre vite, sono arrivate le delle mascherine. Abbiamo iniziato a convivere **DIETRO ALLE MASCHERINE**;
- i **FRAMMENTI DI SILENZIO** hanno ricordato il silenzio sceso all'indomani del nove marzo per... un silenzio che sembra quasi prepararci alla poesia che seguirà;
- **UN VERSO del giorno...** ha rispettato ciò che Borges afferma e cioè che “la poesia è precedente alla prosa e sono in versi le espressioni di stati d'animo increduli”;
- la conclusione ci ha portato con **FOTO e PROGETTI**:

uno sguardo oltre tra colori, momenti, angoli sospesi tra le nostre case, primavera del dentro e del fuori... perché tutto continuasse con un altro moto "finché c'è vita, c'è speranza"!

Metodo per la raccolta delle storie

Il gruppo di narratori è stato invitato a scrivere in forma spontanea e seguendo il metodo appreso da me alla Libera Università di Anghiari (AR). Tuttavia è grazie anche alla Medicina Narrativa e alle sue pratiche, se le narrazioni qui di seguito sono diventate una forma di consapevolezza e impegno. L'attenzione, la rappresentazione e la connessione movimenti cari all'approccio narrativo, sono stati infatti i processi che si sono attivati e ci hanno aiutato a percepire questa situazione del tutto nuova: presenti davanti all'inspiegabile.

*Scrivo e affermo **Rita Charon**, che ho avuto il grande onore di conoscere grazie a **Nicoletta Suter**, Consigliera SIMeN e formatrice, "la Medicina Narrativa è un'attività molto pratica". Nasce ogni giorno negli studi medici, nelle sale d'attesa, nelle corsie, nei corridoi, per strada... ovunque e da Noi, sia che siamo operatori, sia che siamo pazienti sia che siamo familiari di pazienti. La Medicina Narrativa "si pratica raccontandosi e raccontando" sia in forma orale, sia in forma scritta e sia in forma analogica (cioè utilizzando un linguaggio simbolico).*

Invitandovi a conoscere gli attori di queste storie, avrò il piacere di introdurvi brevemente alcuni aspetti della Medicina Narrativa perché questo approccio è "di tutti, del sano e del malato, di chi cura e di chi è curato. Per questo non appartiene ad una professione, ma conta sulla

complicità e collaborazione...” afferma Stefania Polvani, Presidente della Società Italiana di Medicina Narrativa.¹

È appunto la complicità e la collaborazione che ha dato vita a questo progetto e alla sua pubblicazione.

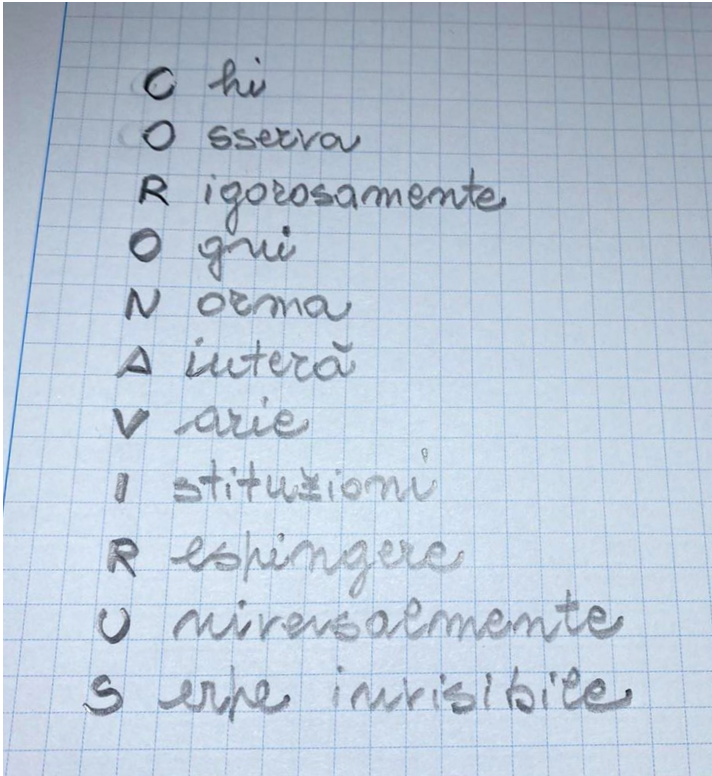
1) Stefania Polvani, *Cura alle stelle, manuale di salute narrativa*, Emmebi edizioni, 2016.

CON UNA PAROLA...

All'indomani del 7 marzo 2020 è tutto sospeso: tempo, spazio, certezze, economia, abbracci e Vita. Stiamo nel silenzio e nella fragilità di non avere parole per motivare quanto accade. Chiedo a chi ha voglia di inviarmi "una parola" che in questo momento sente più di altre: un sostanziale bisogno di "NOMINARE"; di dare un nome all'ignoto che è il vissuto emotivo.

Responsabilità	coraggio	speranza
Onorata	pace	calma
Preoccupazione	indignazione	sfiducia
superficialità	incompetenza	ribellione
impotenza	riflettere	egoistica
forza	addormentarmi	angoscia
insieme	solitudine	distanti
vicinanze	Fatalità,	purificazione
meditazione	epistassi,	ansia
pericolo	incredulità,	attesa
Casa,	disarmati,	sospensione
Unione	Grazie,	inefficacia
inefficienza	silenzio	Pazienza
speranza	famiglia,	tempo sospeso
cuore	spirito	stare a casa
fiducia	riflessione	gentilezza
angoscia	disorientamento	seccatura
limite	trincea	guerra

STARE SEMPRE E NONOSTANTE TUTTO!!!



** A.C.G., una delle mie più care narratrici, come M.T., dei primi Laboratori di Scrittura Autobiografica, esprime un sentimento di confusione legato al periodo, tuttavia il suo frammento di scrittura (vedi foto sopra) che condivide, è un invito che ci lascia un sorriso e una comune e sentita speranza.*



** Iniziamo questo capitolo denso e intenso, proprio con un CORTOCIRCUITO, così è il titolo della scrittura di P.Z. che arriva qualche mese dopo la prima ondata, quando “timidamente” siamo tornati a muoverci in un mondo ormai cambiato. Soprattutto quando siamo tornati fuori con i volti dai sorrisi “mascherati” e nell’aria oltre alla Primavera inoltrata, c’erano incertezza e inquietudine.*

CORTOCIRCUITO

“Una scritta scorreva sotto le immagini degli ospedali della Lombardia che collassavano a causa del virus: “Sei un infermiere? la Protezione Civile cerca infermieri per creare una task-force, eccetera eccetera...” La mia risposta è: “Sì sono un infermiere, ma ci saranno altri, più giovani da mandare lì, io sono stato 28 anni in ospedale e sono appena riuscito a lasciarlo per lavorare sul territorio”.

La scritta però ritornava a disturbare: “Sei un infermiere?”: “Ti ho già detto di sì, ma non sono la persona adatta, gli ultimi dieci anni li ho passati in Psichiatria dove talvolta gli infermieri dubitano di essere ancora tali! Non sarei molto utile. “Ma la televisione, come se non mi

sentisse, continuava a chiedermi: “Sei un infermiere?”. “Ok ho capito, è proprio un momento difficile!”

Ho quindi compilato la domanda online: “Dati inviati, grazie per la sua disponibilità”. Spento il computer, ho pregato che non mi chiamassero.

Sono passati quasi due mesi quando ricevo la telefonata: “Siamo della Protezione Civile, avremmo bisogno di lei, è ancora disponibile?”. “Sì, certo” è la risposta vocale, “No, non sono la persona adatta” quella pensata. Potevo dire di no, e non lo ho fatto: un motivo ci sarà.

E quindi mi organizzo per partire, preoccupato ma ormai convinto: farò come il colibrì mi dico: farò la mia parte.

Il ritrovo è a Roma, una settantina di infermieri di tutte le età possibili: riunione, tampone, riunione, attesa referto, riunione... finalmente ci danno le destinazioni: io andrò in una città del centro Italia... pensavo al nord-ovest invece... no. Catapultato assieme a due colleghi in questa piccola città, ma con un grande ospedale, in poco tempo mi trovo già vestito da infermiere a lavorare al reparto Malattie Infettive.

L'impatto è difficile quando mi vesto di tutto punto per entrare in stanza di un sospetto comincio a sudare, mi si appannano gli occhiali, ma soprattutto comincio a dubitare di me: devo ripetermi “questa cosa la sai fare... sei solo ricoperto di plastica, ma questa vena puoi prenderla lo stesso... questa cosa la sai fare”.

Devo rapidamente adattare il mio modo di lavorare a questa realtà, la testa mi scoppia di nozioni da memorizzare: nomi dei pazienti, farmaci nuovi, nomi dei colleghi, nomi dei dottori, nomi di cose che conosco,

ma che qui hanno un nome diverso... e poi il dialetto... è veramente difficile capirsi in certi momenti: io ho la maschera per proteggermi, il paziente ha la maschera dell'ossigeno e pensa di poter parlarmi in dialetto! Dopo un po' capiscono che il problema sono io e mi chiedono "Ma da dove viene?" "Da Venezia". Non so perché ma la maggior parte delle persone si allargano in un sorriso, un sorriso un po' nostalgico: perché chi ci è stato ha un bel ricordo e chi non ci è stato... voleva tanto venirci! Ok memorizzo anche questo: Venezia mi può aiutare!

Tante sono le difficoltà, ma i colleghi mi aiutano: qui ci lavorano tanti infermieri giovani, ma per fortuna sono disponibili, la maggior parte delle mie domande comincia con "Dove posso trovare..." pazientemente mi danno delle coordinate, oppure mi accompagnano a scoprire un nuovo posto... e ancora memorizzo il più possibile, se memorizzo bene, lavoro meglio e aiuto di più.

Nelle pause mi raccontano del periodo appena trascorso, si sente che li ha segnati, ne parlano come qualcosa di "enorme", di "mai visto", adesso il peggio è passato "ma dovevi vedere questo posto fino a 2-3 settimane fa!". Ma se il peggio è passato io che ci faccio qui? Ci ho messo un po' per capirlo: questi infermieri (come tanti in tutta Italia) non fanno ferie da un bel po'. Io sono qui 4 settimane così 2 infermieri possono andare in ferie, può sembrare poco, ma mi convinco che quel poco intanto è qualcosa: il colibrì portava gocce d'acqua, io porto gocce di ferie.

Per fortuna il mio cervello sembra funzionare bene: sono passati 4-5 giorni e comincio a sentirmi più a mio agio. Resta il problema che cambio spesso colleghi di lavoro, però ho escogitato un approccio, a tutti dico: "Usami come ti

risulta più comodo, sentiti libero di dirmi: “fai questo...”, “fai quello...”, certe cose le dovrai per forza fare tu perché non conosco l’ospedale e tutte le sue usanze e procedure, ma per tutto il resto parla e io faccio”. Fa ridere che un uomo di 50 anni faccia questo discorso magari a una giovane di 25, e infatti sorridono, è una leadership al contrario, ma funziona, e questo mi basta.

Al lavoro il tempo vola, in albergo non passa mai, allora esco e cammino per la città, a caso, qualcosa di curioso si trova sempre andando a caso, chissà perché.

La cosa più curiosa, però, resta il “cortocircuito”: cioè quel momento in cui mi ritrovo a raccontarmi ad uno sconosciuto, generalmente un collega, che mi chiede di parlare di me ed io mi trovo a parlare in ordine sparso: delle motivazioni che mi hanno portato a scegliere di fare l’infermiere, della scelta di sposarmi e far nascere due figlie a casa, della scelta di fare l’obiettore di coscienza in una comunità per tossici, della mia separazione che ancora non mi sembra tale, della mia esperienza anomala in psichiatria, delle mie belle figlie che mi hanno sostenuto subito in questa ultima scelta.

Sono io che parlo del passato adesso, ma anche il P. del passato che parla del presente, insomma un grosso cortocircuito: come se presente e passato per un attimo si toccassero qui, adesso, e non a Stonehenge... ma ai piedi dell’Appennino!

Questo è quello che ho vissuto in questi 28 giorni, prima tanta paura e preoccupazione, poi una gestione dei propri limiti per raggiungere l’obiettivo di “sentirmi utile”. In mezzo tanti volti, soprattutto di anziani: sofferenti, spaventati, demotivati, ma altri combattivi, ostinati ed

esigenti: a tutti si prova a dare un aiuto.

Una sera, in autobus, di ritorno dall'ospedale ho confidato ad una collega che infondo un po' mi manca "la corsia" è un ambiente in cui so muovermi ancora bene: non avrei mai pensato di dire una cosa del genere. Ecco che quindi il cerchio si chiude e torna la domanda posta mesi fa da quel teleschermo: "Sei un infermiere?"

La risposta è ora più semplice: "Sì".

** La scrittura di P.Z. è una pagina profonda che ci porta a leggere dentro di lui guardando nel passato, nell'oggi e nel tempo che verrà. È anche soglia su cui lui si affaccia, riscoprendo potenzialità assopite che lo definiscono. Nella scrittura, si concede una sosta per ricomprendersi, per rispecchiarsi nella propria storia ed elaborare una forma di autoconsapevolezza.*

Nel narrarsi, P.Z. entra in contatto con le proprie emozioni, trova così una forma di autosupporto e una definizione ai Mondi che incontra. Narrare crea connessione, cioè legame alla storia di altri, insegna la pratica della Medicina Narrativa, e questo scritto ne è l'esempio.

"Cortocircuito" è significativo di come la pratica della scrittura sia un esercizio di presa di coscienza che avvia di conseguenza un processo di ri-significazione e sia determinante la sua funzione maieutica per riscoprire il passato e vivere il presente con maggior consapevolezza.



“A nessuno è venuto in mente che questa è una guerra mondiale?”

A chi si aspettava un coinvolgimento nucleare su vasta scala, si dovrà ricredere. Questo virus sta facendo molto più di una guerra atomica. Sta fermando moltissime economie in giro per il pianeta. Quando mai una guerra per come la si intende, farebbe una cosa del genere? Mai successo. Invece sembra che circa un miliardo di persone siano “ferme”. Senza distruggere nessun’altra creatura se non gli esseri umani. Non ferisce la terra, non uccide altri esseri viventi, solo noi... Noi che crediamo di essere i dominatori di questo mondo, ci richiudiamo per paura.

Un organismo talmente infinitesimale, sta facendo quello che i potenti non vogliono fare, per egoismo, per

avidità... rallentare il ritmo e dare respiro a questa nostra casa chiamata Terra.

Solo a me è venuta in mente questa riflessione?"

** M.G. esordisce così verso fine marzo, dopo esattamente un mese di chiusura di tutti noi nelle proprie case, mi scrive ponendomi una domanda e si fa portavoce dei tanti quesiti che ci hanno attraversato in quel periodo, portandoci così a riflettere sull'"infinitesimale organismo" che è il virus che ha sconvolto le nostre vite.*



Morire al tempo del coronavirus...

“Passando per caso ho incrociato un funerale, che non è stata una cerimonia consueta, bensì una semplice benedizione e ho visto uscire dalla Chiesa una bara del defunto con sole nove persone, perché le ho contate e mi ha fatto sentire un vuoto dentro, per i familiari, per coloro

che non hanno potuto salutare se fosse stato un amico, un vicino, o un parente, perché solo i parenti più stretti potevano essere presenti.

La Chiesa stessa è stata chiusa alle cerimonie non solo a quelle che in questo periodo coincidevano con la Quaresima, ma anche alle comunioni, alle cresime, ai battesimi e ai matrimoni.

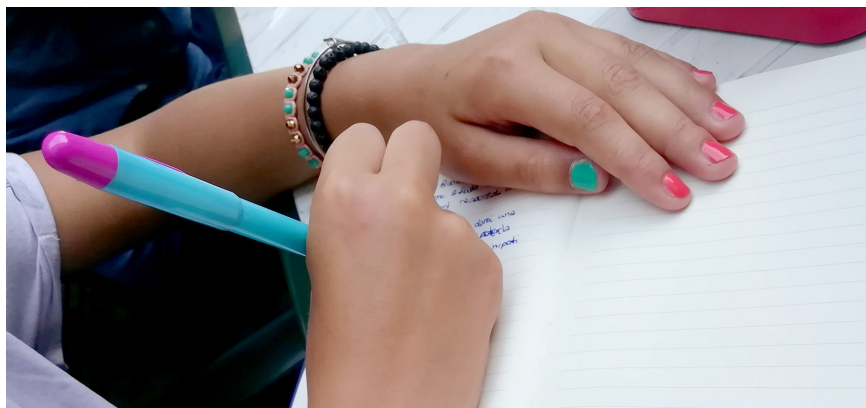
Siamo stati tutti toccati se non fosse dal coronavirus stesso, sicuramente da questo cambiamento imposto e accettato, da questa nuova realtà che ci sta cambiando, forse senza che ce ne accorgiamo, che ci sta rallentando i nostri ritmi di vita, che ci fa pensare quanto siamo fragili.

Vediamo concretamente cosa significa che dipendiamo gli uni dagli altri, che anche dai nostri comportamenti dipende la vita e la salute delle persone, anche di quelle che non ci sono vicine, che non vivono con noi, che non conosciamo neppure.

Non siamo padroni della nostra esistenza, del nostro tempo e neppure dei nostri progetti che ora svaniscono di fronte a questa realtà.

Ci viene paura anche pensare, non solo il contagio, ma solo che possiamo mettere in pericolo persone care, ma soprattutto che non siamo noi a determinare il senso della nostra vita e il corso della nostra storia”.

** E.C. è una giovane studentessa a casa da scuola e all'ultimo anno con gli esami di maturità alle porte. Ha saputo esprimere con semplicità, una profonda riflessione a partire da un rito delicato come quello del saluto ai nostri cari. Pensieri che s'intrecciano su fragilità che ci accomunano proprio agli inizi di una lunga chiusura ignari del domani e sicuri solo che sarebbe arrivata comunque la primavera.*



** Ecco arrivarmi per SMS lo scritto di Fr.B.. È lo scorcio della quotidianità ospedaliera, quella che annulla ciò che “non è COVID 19”, ma non può annullare ciò che è UMANO e di difficile codificazione.*

*“Il nuovo decreto ministeriale decide la chiusura tutte le visite e gli esami specialistici che non siano urgenti o con priorità B. Ci troviamo alle 8 tutti al briefing, sgomento e voglia di fare si trasmettono dai nostri sguardi perché le mascherine nascondono il resto del nostro volto. Ci dividiamo le liste dei pazienti e cominciamo a telefonare: medici, ortottiste, infermieri, segretarie, la nostra Unità Operativa oggi avrebbe potuto sembrare un grande Call Center, sempre la stessa frase: “Buongiorno, Unità Operativa di * , parlo con * * ? Telefono per il suo appuntamento...”*

Dall'altra parte del filo VERI pazienti: “aspettavo una vostra telefonata...”, “capisco...”, “sì, non si preoccupi...”, “grazie!”

Con la telefonata si entra nelle case della gente, nella loro privacy, nelle loro vite, i più sono a casa, tutti rispondono.

Capiscono ma hanno paura, lo si avverte dalle loro

parole o dal loro timbro di voce. Per molti di loro, pur non avendo prestazioni con priorità B, il rinvio sine die può rappresentare un problema serio, in fondo si parla di salute non di passeggiate all'aperto. Molti sono pazienti a noi noti, al di qua del filo conosciamo le loro criticità, sappiamo che questa emergenza sta chiedendo loro davvero tanto. Alcuni erano stati già chiamati da altri colleghi, perché oggi è lunedì e tutte le Unità Operative hanno lo stesso problema:

“Mi raccomando, segni che QUESTO esame è annullato, per gli altri aspetti che la chiamino!”

“Sì, capisco, la chiameremo di nuovo per un nuovo appuntamento appena la situazione sarà più chiara, ci fermeremo anche in straordinario per recuperare...” e sappiamo che sarà così.

Le ore passano così, telefonate che diventano incontro, telefonate che trasmettono sicurezza fino a quella in cui risponde una mamma: “Mia figlia è stata operata di tumore cerebrale...” Guardo la data di nascita, è molto più giovane di me e un brivido mi scende lungo la schiena. “... ma non si preoccupi dottoressa, aspetteremo, è un esame di controllo...”

“Se ha bisogno, signora, ci chiami!”

“Grazie...! Auguri a voi Angeli e buona VITA!” e la frase le si strozza in gola.

“Grazie signora, auguri a voi!”

Appoggio la cornetta, respiro profondamente e dai miei occhi l'emozione scende a bagnare la mascherina, perché anche noi siamo umani...

Passerà anche questo periodo!”

Fr.B.



E se fosse tutto reale? E se non mi recassi costantemente al lavoro e me ne stessi a casa a guardare un film o leggere un buon libro, cambierebbe la prospettiva?

Per me non è cambiato nulla sono sempre la solita infermiera dei trapianti; oggi però sto cercando un posto libero nei frigoriferi dell'ospedale.

L'ospedale è vuoto ma l'obitorio pieno, come tanti altri reparti. Aleggia un'aria di silenzio quasi da Chiesa. A volte respiriamo poco, per paura, e me ne accorgo quando entro nel mio studio in cui respiro si fa di "pancia".

Stiamo trattenendo, come se lasciando l'ancora, potessimo schiantarci sugli scogli.

I colleghi sono tesi e la pace la trovo proprio nel posto peggiore (o più giusto).

Mi sembra così surreale...

Però la primavera sta già arrivando!

Nessuno ferma le stagioni e il respiro di una nuova vita, e il respiro autonomo di chi si toglie dal ventilatore e va in reparto perché è migliorato.

Nessuno fermerà il virus, ma sono certa che tutti noi

usciremo cambiati.

A poco a poco il caldo si farà strada e il COVID-19 scomparirà, lasciando il posto al virus estivo chiamato West Nile.

Ogni giorno abbiamo un virus da cui doverci difendere, ogni giorno però la vita continua, con chi rimane, con chi ce la fa con quelli che sopravvivono, come natura vuole. Sono qui a scrivere per me, perché è arrivato il momento di utilizzare la penna affinché nulla venga perduta nemmeno questo.

L'Italia è un Paese di scrittori, di artisti di pittori ed io, in questo momento di fatica, mi sento molto italiana. I miei pazienti, colleghi, amici, sanno che finché avrò fiato correrò da loro per essere d'aiuto.

Non serve essere infermiere o medico, basta bussare la porta del nostro vicino e chiedere se ha voglia di pranzare con ciò che noi abbiamo preparato. Io le chiamo "Le piccole coccole tra amici".

Invece è solamente solidarietà e credo che sia doveroso nell'uomo dare, dare con il cuore e per di più dare con la passione che, anche se oggi non mangiamo, come spesso succede al lavoro, beh almeno lo abbiamo scelto noi.

E per un attimo, quando prendo fiato, penso a questo: il COVID-19 è entrato per dividerci e noi ci stiamo unendo sempre di più.

In attesa dell'estate 2020.

B.F.

** È lo scritto di B.F., collega infermiera coordinatrice, che mi ha inviato senza ci fosse una precisa sollecitazione di scrittura da parte mia. Le impressioni, considerazioni e allo stesso tempo riflessioni di B.F., sono un richiamo alla solidarietà e alla speranza...*



“CIAO - COME STAI?”

Sto pensando al significato di questa semplice domanda...

Quante volte l’ho pronunciata per pura forma... per iniziare una conversazione.

Adesso, ai tempi del coronavirus, questa semplice domanda ha assunto tutto un altro sapore.

La pronuncio, scandendo bene le parole, assaporandone la sospensione.

E dopo averla pronunciata, attendo, ascolto, spero.

Sì, perché, in questi giorni, la risposta non è scontata.

E se qualcuno tarda, per una qualsiasi ragione, anche solo per una frazione di secondo, trattengo il respiro...

Frazioni di secondo in apnea, finché la risposta arriva.

Libera. Respiro. Va tutto bene.

Assaporo una nuova consapevolezza, ai tempi del Coronavirus... amo le persone e mi preoccupo per loro. Qualunque persona.

Di questo sono felice!

E allora, amici, “come state”?

** C.B. lavora nell'ambito dell'istruzione. L'ho conosciuta nel percorso di Medicina Narrativa e Scrittura al Museo. È prezioso il suo dono in parole che mi ha spedito per email in risposta al mio lavoro di raccolta di scritture. L'attenzione è andato al saluto che ci diamo e a quel chiederci come stiamo che "IERI" era forse pronunciato in modo automatica e OGGI? Oggi riscopriamo l'umanità attraverso questa attenzione che diventa chiave d'accesso all'umanità altrui. LA PAROLA SCRITTA FA PENSARE... E IL PENSARE FA SCRIVERE: questo fa della pratica della scrittura uno strumento da riscoprire per l'adulto soprattutto in momenti come questo.*



“Restare a casa, questa è la realtà del nostro vivere in queste settimane. Tra i significati di questo verbo il vocabolario include anche **ESSERCI ANCORA**. Ecco ho pensato il nostro restare ai margini delle attività abituali, significa anche esserci ancora. Questo mio esserci ancora,

credo mi aiuterà ad essere più lucida, serena e coraggiosa nell'affrontare i prossimi eventuali ostacoli del futuro. Godere dell'attimo con l'altro, questo mi sta insegnando il mio restare a casa.

** T.C. dopo avermi scritto dei suoi piccoli vicini ispirata da una poesia, questa volta m'invia un pensiero sul restare a casa. È una riflessione nata dopo un mese di quarantena, a evidenziare il bisogno di raccontarsi per rispondere ad un'altra necessità come quella di dare un nome ai vissuti emotivi e cogliere l'attimo dell'ancora qui. Un modo di dirci attraverso la scrittura: ho vissuto e sto ancora vivendo.*



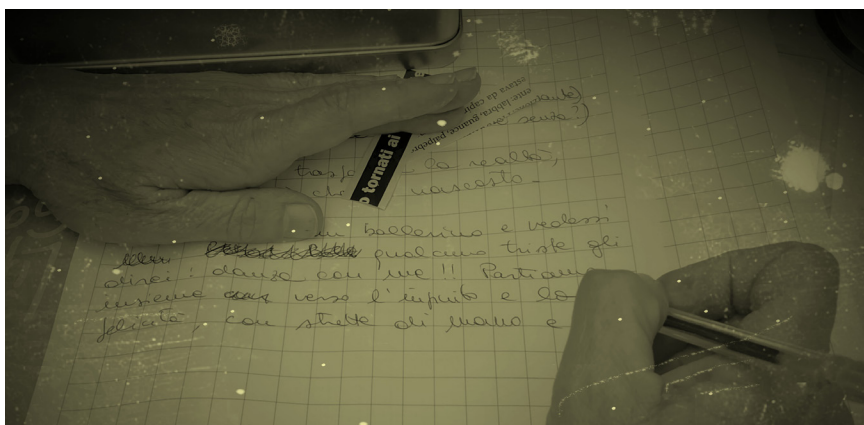
** A.R., infermiera, è anche una narratrice del percorso di Medicina Narrativa che si svolge al Museo, mi manda questi frammenti scritti di getto. In queste righe, la scrittura del raccontarsi alla pagina bianca, ci dà modo di esserci e di ritrovarsi.*

"19/03/2020: Ciao care, ... sento in questo periodo molto forte la responsabilità, ma anche l'orgoglio nel fare questo lavoro, la gratitudine negli occhi delle persone e questo aumenta la mia forza... e la riscoperta dei nostri valori autentici delle cose davvero importanti... quindi strizziamo le chiappe e forza!

Sono esattamente dove voglio essere in questo momento così difficile... Sono dentro di me... Abito davvero in me ogni giorno... Ogni attimo ora più che mai... capisco l'amore... la gioia... il pianto... il dolore... la preoccupazione... E piango... E rido... E viaggio attraverso il mio angolo... sono esattamente dove voglio essere ogni singolo attimo di questa mia vita...

21/03/2020: Torneremo da questo viaggio dentro di noi e non saremo più le stesse persone che sono partite... Forse saremo migliori o peggiori chi può dirlo... Di certo non saremo più gli stessi... Reimpareremo l'amore la gioia e godere delle piccole cose di certo nel nostro percorso non facciamoci mancare la gioia di godere di poesia... Nutriamo non solo il nostro corpo ma nutriamo anche la nostra anima".

A.R.



“Inefficienza, inerme... sembra di non riuscire a far nulla di quello che serve... ti guardi attorno e c'è desolazione e terrore negli occhi che spuntano sopra le mascherine... e gli sguardi che dicono “un metro che basti”? Forse le parole giuste sono che dovremmo imparare dagli errori ed invece ne facciamo di peggiori... bastava chiudere tutto tre settimana fa...”

** Risponde così spontaneamente attraverso un messaggio che risuona d'impotenza e di rammarico, C.V. infermiera da anni. La sua È una risposta alla mia domanda “cosa ti senti di dire sulla situazione?” Mi risuonano allora queste righe di un'affermazione di Micaela Castiglioni: “... vi è quasi la necessità per l'adulto di darsi uno strumento di sostegno e di accompagnamento, che possa generare processi orientati all'autoriflessione... alla rielaborazione dell'esperienza... che ravvisiamo nel dispositivo e nella pratica della scrittura autobiografica”. Esprimiamo con le parole un nostro bisogno di trovare un senso all'insensato, a ciò che da subito ci ha spiazzato.*



2) Micaela Castiglioni, *La Parola che Cura*, ed, Libreria Cortina Milano, 2016.



“Questo è l’albero di pero che abbiamo in giardino. Questa mattina passando sotto ho sentito sciame di api che lo stavano impollinando. Il ciclo biologico della vita.

Nel silenzio di oggi, senza traffico, senza aerei, senza fretta nella mente... per la prima volta ho sentito quel ronzio indaffarato e perfetto che è la NATURA”:

** La natura in questi giorni è diventata spesso rifugio delle nostre emozioni, dei nostri animi disorientati. Sono giorni in cui lo stare dentro le proprie case “ci allontana per avvicinarci”. G.G. è una cara amica, che un giorno mi ha fatto una sorpresa, inviandomi per messaggio questo scritto con una foto. Scrivere diventa così una piccola necessità di essere partecipe e testimoniare un sentire che è in armonia con la natura.*

“Sento che i momenti come quelli che stiamo vivendo negli ultimi tempi, tirano fuori le nostre memorie, affinano e mettono in luce le abilità, i talenti. Tra le tante cose che la mia nonna materna mi ha trasmesso, c'è il ricamo. Ricordo ancora le ore che lei passava curva sulla sedia, davanti alla finestra a ricamare, a cucire, tagliare, perfezionare... (addirittura usando due paia di occhiali diversi!) creando dei pezzi unici.

Cercando di intrattenere i bambini e insegnare loro qualcosa di nuovo, abbiamo creato questo ricamo con il punto erba.

La meraviglia delle nostre abilità nel saper stare, in modo nuovo. La gratitudine per i semi che abbiamo in noi e un giorno scegliamo di coltivare.

Presenza nell'assenza”.



* La foto è il ricamo che L.F. ha fatto con la sua bimba.

** L.F. è un infermiera che in questi giorni cupi, lavora in una terapia intensiva. Segue anche lei il percorso di Medicina Narrativa e Scrittura e ha avuto il piacere di condividere con tutti questo tenero frammento di quotidianità con i suoi bambini... e non solo. Il passato viene in soccorso per dar forma al presente e senso al futuro. Il tempo tende a voler dare nuova struttura e attenzione ad un Presente che ci ha lasciato increduli e L.F. ci porta nel Mondo dei gesti attraversato dalle radici della Memoria, la stessa che ci definisce soggetti con Storie da raccontare.*

** Quello che segue è un altro viaggio nel viaggio. A.C. mi ha scritto dopo un mese che era partito il progetto di raccolta delle storie. È una logopedista che si occupa di formazione e che più volte si è approcciata alla scrittura attraverso i corsi di Medicina Narrativa attivati anche presso il Centro di Riferimento Oncologico da Nicoletta Suter. Quella che arriva è una lettera... scrittura che è un dialogo per la ricerca di un nuovo senso e che pone domande che troveranno risposta solo vivendo la Vita.*

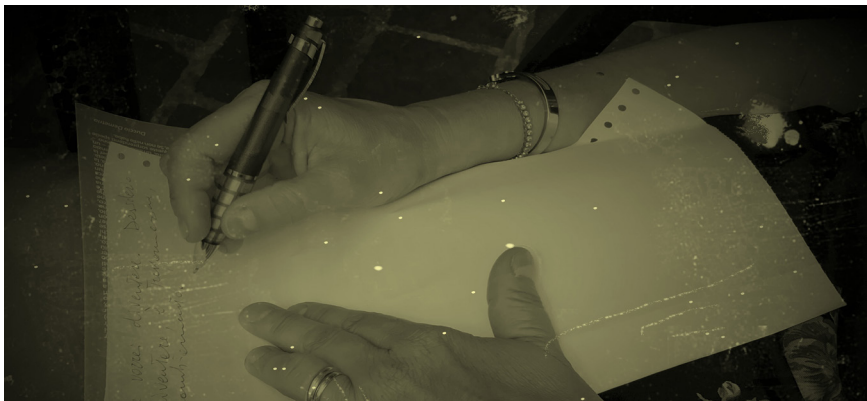
“Caro coronavirus...

(è un po' azzardato dire “Caro” ma lo dico perché qualcosa di buono ha portato) sono qui a riflettere su un periodo così particolare che l'umanità si è trovata a fronteggiare. Personalmente non mi sento di aver “fronteggiato” l'emergenza del coronavirus ma mi sento di aver “approfittato” di questa opportunità. Senz'altro le condizioni di salute mia e dei miei cari mi permettono di uscire da un livello prosaico e di stare in un livello più spirituale e per questo non posso che esprimere la mia gratitudine alla mia buona stella.

Sono molto grata a questa pandemia per aver offerto un tempo di sospensione dove ciascuno ha potuto

sperimentare condizioni diverse della propria quotidianità potendo attraversare nuove modalità di vivere... la vita condotta fino a prima di tutte le restrizioni che la legge c'è in posto è veramente l'unica percorribile? E osservando degli alternative alla nostra consueta vita cosa possiamo scoprire di nuovo? Io ho scoperto: un adattamento creativo, un calore familiare, la possibilità di generare delle novità, la meditazione, la scelta delle azioni da compiere collegata anche al piacere del momento trascurando (evviva, evviva) il dovere che spesso oscura i nostri desideri. Ma non basta: il problem solving, la dilatazione del tempo che mi ha permesso di valorizzare il qui ed ora lasciando sullo sfondo la preoccupazione che il tempo passa ed io sto invecchiando, il godimento di un tempo che ha una qualità migliore per il mio benessere, il godimento del calore del sole che c'è e che spesso vedi dall'interno di una stanza mentre ora lo puoi vivere nel momento in cui ti senti di viverlo. Questa è una bella libertà.

Certamente questa pandemia, ha scosso la mia vita ponendo in una prospettiva nuova: ma da adesso in poi come voglio vivere la mia vita?"



** La scrittura di M.A.R. arriva per email. M.A.R. è una studentessa della ricerca, spera che la sua storia rimanga a future memoria per le generazioni che verranno, lei che ha soli trent'anni. M.A.R. mi scrive che sapere che la sua storia sarà raccolta con altre storie, le dà forza come se fosse un aiuto vicendevole. Si augura di resistere fino alla fine di questo periodo in cui sente "sospesa"...*

"Sono M.A.R., ho 30 anni e sono "sospesa" a Venezia; sì, è proprio così, ormai è questo lo stato d'animo che mi porto dietro da un mese e mezzo a questa parte.

Sospesa, tra un tempo che sembra ormai essere davvero il ricordo di un'altra esistenza ed un futuro estremamente incerto, come incerti sono diventati i miei programmi di vita.

Mi sono trasferita a Venezia dalla mia splendida Sicilia, un anno fa, per frequentare un master in pubblica amministrazione, con l'idea di poter iniziare a lavorare una volta completato il mio percorso di studi: "il nord offre possibilità che, purtroppo, la mia terra non offre", mi sono detta, col nodo in gola, un anno fa... quante cose sono cambiate!

Adesso sono sospesa perché qualsiasi progetto di vita che avevo cercato di predisporre è sfumato.

Forse, però, è proprio questo il problema: il voler a tutti i costi programmare la nostra esistenza in ogni minimo dettaglio, come se fossimo immuni da tutto ciò che ci circonda, come se fossimo dotati del più potente antivirus, come se non fossimo parte di questo pazzo mondo e la nostra esistenza fosse slegata dall'intero ecosistema in cui ci ritroviamo ad essere solo di passaggio.

Cerco di affrontare questi momenti di isolamento

facendomi forte del fatto che non sono nuova in tema di quarantena; in fondo, questa non è poi così tanto diversa dalle mie quarantene universitarie: ho studiato giurisprudenza ed ogni esame è stato un continuo isolamento. Per non parlare del temuto esame di abilitazione: tre mesi e mezzo d'estate chiusa in casa, in Sicilia, con il mare a dieci minuti di macchina.

Quindi, adesso, cosa accade? Cosa prevede la scaletta? Dovrei resettare il mio modo di vivere? Quando potrò ricominciare a sognare del mio futuro?

Anche se non riesco ad immaginare un 'dopo' diverso dalle mie abitudini pre-pandemiche, come ogni cambiamento che si rispetti, credo che anche questo momento necessiti di essere metabolizzato e, personalmente, ho capito di non essere affatto pronta.

La verità è che non siamo fatti per accettare cambiamenti che stravolgono la vita: "Concentrarsi su ciò che si può fare, anziché rimpiangere quello che non si può più fare", dice Alex Zanardi, uno che di cambiamenti, purtroppo, se ne intende. Eh sì, forse dovremmo cambiare rotta.

Sono consapevole del fatto che non sono pronta, e forse non lo sarò mai, a modificare il mio modo di avvicinarmi agli altri: vi immaginate una siciliana costretta a non avere più quel contatto umano che per i siculi è davvero vitale?! Mi riferisco alle strette di mano, al dare e al ricevere doppi baci sulla guancia quando ci si incontra anche per le scale di casa.

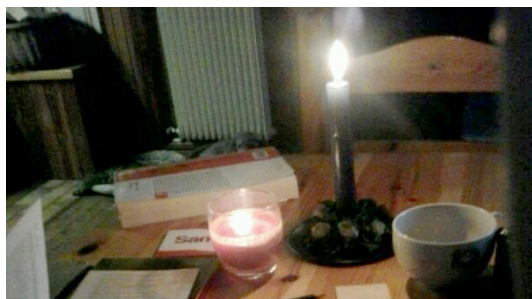
Durante questi mesi di 'reclusione forzata', ho sempre avuto in mente due espressioni a me tanto care di due grandi filosofi, panta rei e carpe diem e credo che mai come in questo momento siano assolutamente attuali e

strettamente interconnesse.

Mi piace pensare che l'essenza del mio/nostro vivere sia racchiusa in queste semplici ma potenti parole: nella consapevolezza che tutto passa, portandosi con sé una cosa dopo l'altra, dovremmo imparare a cogliere l'essenza di ogni singolo istante vitale, assaporando la bellezza delle piccole cose, dei piccoli gesti, quelli che fino a poco tempo fa sembravano scontati e, forse, banali; dovremmo imparare ad affrontare tutto ciò che accade senza programmare, adeguandoci quanto più possibile alle circostanze del presente, trattenendo tutto ciò che di bello la vita ci concede nei momenti più inaspettati, consapevoli del fatto che tutto è in costante mutamento”.

M.A.R.

** Questa lettera porta la nostra attenzione alla scrittura autobiografica, riflessiva ed espressiva, usata nella pratica di Medicina Narrativa come dispositivo di autoconoscenza di Sé, di autoformazione e autoapprendimento utile a realizzare, come nel caso di M.A.R., l'interrogazione del proprio modo di pensare e sentire. La scrittura diventa in questo caso uno strumento di consapevolezza emotiva, un modo di mettere ordine in ciò che stava succedendo con la chiusura di tutto, ma soprattutto una cura di sé.*

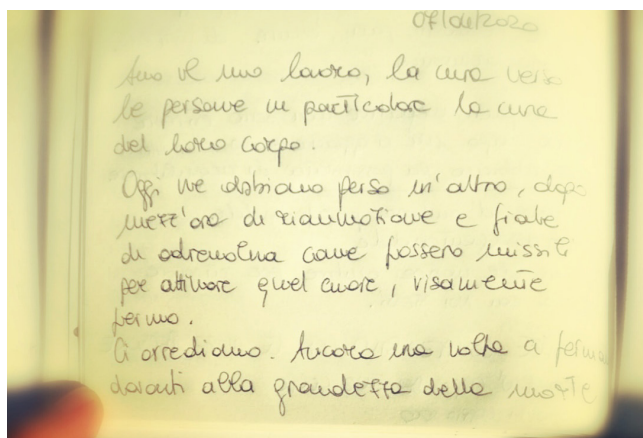


** O.F. lavora come OSS in Ospedale, quando si offre volontario per andare a prestare servizio nella vicina casa di Riposo locale dove in pochi giorni i contagi sono aumentati in modo esponenziale. Presterà servizio per un mese... ma avrà una Vita davanti per riflettere quanto ha vissuto.*

“Pensavo al primo giorno in cui sono entrato in questa struttura, nei miei pensieri mi ripetevo che avrei incontrato “la solita” Casa di Riposo mal gestita... mentre mi preparavo per entrare nella zona Covid e mi mettevo tuta, mascherina visiera accingendomi ad entrare, non sapevo ancora in che turbine di emozioni mi sarei ritrovato... una volta chiusa la porta mi resi conto subito che questo virus aveva spazzato via “la loro vita quotidiana”... gli orologi erano stati tolti, “la cucina casalinga”... chiusa, e il bagno settimanale tanto atteso... sospeso. Le porte sbarrate e solo le finestre come contatto esterno... in tutto questo noi ci troviamo qui a dare sollievo per quanto possibile... o a cercare di restituire “la dignità” ai nostri nonni”.

** La scrittura di O.F. racconta di “un solito” destabilizzato per un “insolito” a cui riconoscere dignità. È stato per lui momento di riflessione sulle sue azioni e sul suo modo di essere operatore. Un esplorare e incontrare un nuovo Mondo in seno del Vecchio dove la dignità umana chiedeva RISPETTO.*





“Amo il mio lavoro, la cura verso le persone in particolare la cura del loro corpo. Oggi ne abbiamo perso un altro. Dopo mezz'ora di rianimazione e fiale di adrenalina come fossero missili per attivare quel cuore, visivamente fermo.

Ci arrendiamo. Ancora una volta ci fermiamo davanti alla grandezza della morte, contro la quale ti senti inerme e ogni tuo tentativo fallisce. Prepariamo ed accarezziamo quel che resta, un corpo. Un'anima a cui dire addio.

Bella, Grazie rianimazione. Per tutto ciò che a ogni turno mi insegni. Ma ad ogni vita persa è come se perdessi anche un pezzettino della mia.”

** Questa volta lo scritto di L.F. infermiera, mi arriva su WhatsApp, con una foto del suo diario. Un momento di riflessione su quanto è accaduto e accade: CURA... CORPO... RESA... CAREZZA... ANIMA... ADDIO... VITA. Attraverso queste righe preziose, possiamo comprendere e “ascoltare con il sentire” e scoprire che il narrarsi diventa un autentico atto di Cura per noi e per gli Altri uno spazio di “sosta pensosa”, di accettazione e risignificazione del nostro esistere e del nostro “essere cura” e “per la cura”:*

“Ricorda, nessuna fatica ci viene data senza anche la forza per poterla superare” (Clelia S.).

Mai come in questo periodo si fa presente questa frase di mamma... una parola sola GRAZIE a tutti i miei colleghi “Covid19” per quel sorriso, quella battuta, quegli scambi di occhi che parlano da soli, per quel “eccomi sono qua, ci sono anch’io”, per quel “non ti preoccupare”... e per tutti i colleghi che si sono offerti di lavorare in questo reparto...

RAGA, RIMANIAMO NEGATIVI!!”

** F.L. è un’infermiera che lavora nel reparto COVID 19. Acconsente che raccolga questi suoi frammenti che ha postato. Il suo è un GRAZIE speciale che parte da un ricordo per essere un presente vivo e più che mai per essere urlato. Righe che portano senso di responsabilità e di appartenenza ad una comunità. Segue paura, sconforto... perché anche questo fa parte del nostro tempo e va ricordato.*

“Dal Reparto Covid 19... tanta tensione, disordine, grafiche diverse, dottori che ti aggiungono terapia... ricoveri, doppia VESTIZIONE, non riesci a respirare, a vedere, sudi... doppi guanti e cerchi invano delle vene nel paziente, mentre fai fatica a respirare... ad ogni stanza cambio della seconda vestizione, ti fermi e ti chiedi e non ti ricordo se hai cambiato i calzari... faccio fatica a tenere i nervi saldi. A tratti piango... ma sarà forse perché è l’inizio.

Nessun contatto! Porte chiuse a tutti! Se hanno il cellulare sono fortunati, se no amen... I medici contattano i parenti in caso di gravità, noi siamo pochissimi, figuriamoci se troviamo il tempo di dare info per telefono... rispondere al telefono significa: mollare quello che stai facendo (non c’è solo la terapia...) e svestirti”

** Questo è lo scritto di F.L. qualche settimana dopo, quando è subentrata anche la stanchezza. L'esperienza della vestizione e spesso riportata dai vari colleghi nelle loro testimonianze e un nuovo approccio all'assistenza si fa avanti. Un importante e preziosa testimonianza che attraverso la scrittura esprime emozioni ed esprime umanità propria di una professione che non sempre si può imbrigliare nel tecnicismo. E negli automatismi. Allora quello che può seguire è solo un silenzio che onora.*



“Due notti di lavoro alle spalle, faccio un respiro e catturo dentro ai miei polmoni tutta l'aria che posso... le mie giornate ultimamente si alternano tra turni più impegnativi in ospedale e ore in cui passo a casa, in cui dormire e mangiare sono le mie priorità, anche un abbraccio e un sorriso non devono mancare. A lavoro i turni sono impegnativi, l'aria a volte viene a mancare, il

sudore scende lungo la schiena sotto il camice di plastica impermeabile, la pelle del viso è segnata dalla mascherina rigida, sembra di ri-respirare all'infinito l'aria che tu stesso hai espirato. Ti senti costretto, accaldato, in gabbia. Saluti i colleghi, alcuni li incontri nella zona filtro e li riconosci subito, quando entri in sala un'altra realtà si apre, quasi fosse tutti la prima squadra approdata sulla luna. "Ciao ma tu chi sei?" Sento una voce alle spalle! A volte lavori con colleghi di altri reparti che non hai mai visto prima, altre volte riesci a immaginare la faccia amica di un membro del tuo reparto sotto quella maschera. Non riesci a vedere il viso delle persone che lavorano con te, non un sorriso, non una faccia arrabbiata o triste. Lo puoi immaginare dallo sguardo, dalle zampe di gallina che si formano quando una persona ride.

In sala si respira un'aria pesante, le persone che noi assistiamo le sentiamo presenti come fantasmi con i loro vissuti, soffrono. Quello che più mi pesa è che soffrono sole, a volte muoiono sole. Muoiono stringendo la nostra mano, quella di un operatore che ha dato tutto per sette ore, e a volte si trova sconfitto di fronte a tutto questo. Sotto quei due guanti che ci separano c'è il nostro calore, ci siamo con tutti noi stessi. Altre volte però la vita ci sfugge e noi abbiamo neanche il tempo di accorgercene... attimi di tensione, concentrazione, grande attenzione e dispiacere... come un mare in tempesta, anche se a volte ci si rende conto che i primi segnali di quello che sarebbe successo li avevamo avuti qualche ora prima... altre volte ancora il tutto si conclude con un "arrivederci in bocca a lupo" e in quei casi ci si sente pieni di vita.

Il turno finisce, a volte con un sospiro di sollievo, altre

con una battuta del tuo compagno di squadra, che per fortuna fanno dimenticare la fatica! Gli occhi riposati e carichi dei colleghi che ti danno il cambio ti fanno ben sperare. Tu esci, ti spogli, mai è stato così liberatorio togliere il camice, togliere la mascherina e ricominciare a respirare di nuovo e cerchi di lasciare in quel camice un po' di sofferenza che ora appartiene alla tua anima. Osservo finalmente i volti stanchi dei colleghi con cui hai lavorato, vecchi e nuovi. Rimango stupita a volte. Non immagino fossi così, che bel sorriso, sembra quasi un "indovina chi.

Ti lavi e finalmente, puoi respirare di nuovo. La primavera va avanti, che meraviglia. Con questa quiete lungo la strada pare che la natura si riappropri della propria casa. Torno a casa, posso trovare conforto nell'affetto del mio compagno, la morbidezza del mio letto, l'odore rassicurante di casa, un pranzo condiviso.

Spero tanto rimanga indelebile la non invincibilità dell'essere umano, noi siamo piccoli di fronte alla grandezza del mondo che ci ospita. Non possiamo maltrattarlo. Dobbiamo apprezzare ogni giorno i piccoli gesti, la bellezza della condivisione e dello stare in famiglia, farsi meravigliare da un bacio come da un fiore che sboccia. Questo voglio tenere stretto a me. La riscoperta in questo trambusto".

** Lo scritto di E.L. arriva per messaggio come quello di L.F., come mi aveva promesso. Ha iniziato timidamente durante i percorsi di scrittura, a dare fiducia alla penna tanto che la sua testimonianza ora risuona forte... e così forte ci fa "stare nell'invincibilità" facendoci riscoprire. Allo stesso tempo, come L.F., ci racconta "come stanno" gli infermieri che lavorano "in prima linea" e poi tornano nella quotidianità abitata da tutti noi. È un raccontarsi come forma di riscoperta e reinvenzione.*



UN PENSIERO VELOCE

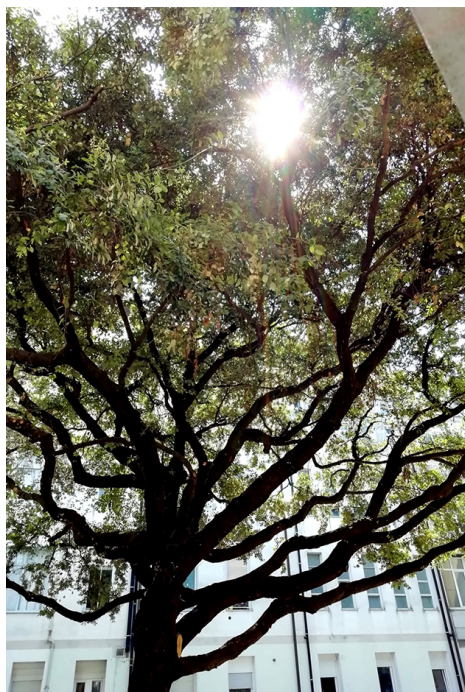
... “È il momento del Covid19, per quante notizie si possano apprendere, tanti dubbi sorgono. Prendi servizio, il tempo di scambiare” scampoli di opinioni” col turno smontante, arriva la chiamata dalla centrale per un intervento, non ci si abitua mai e l'adrenalina entra già in circolo, non pensi a niente, solo ad arrivare velocemente “perché sei il 118”... arrivi, valuti e pianifichi il piano sanitario.

Però di questi tempi c'è il Covid19, anche se sai e sei formato per trattare tutti i pazienti come potenziali portatori di patologie trasmissibili! Ora c'è lui, il Covid19 e allora ci PENSI: pare che viva nell'aerosol per 3 o 4 ore, ... sembra che soggiacendo sulle superfici riesca a trovare substrati consoni al suo habitat, si può attaccare alle suole delle scarpe ed accompagnarti ovunque, sembra essere sempre pronto a trovare una via per raggiungere il suo albergo a cinque stelle... i tuoi polmoni”:

** L.G. è un infermiere del 118, mi ha promesso una scrittura per questa mia raccolta ed eccola arrivare via email con il titolo "UN PENSIERO VELOCE": È un pensiero veloce che segna perché cerca di trovare senso a quanto gli accade proprio attraverso la narrazione. L.G. ha conosciuto la scrittura e la Medicina Narrativa qualche anno fa e con sé porta ora nella tasca della divisa, un quadernetto piccolo. Nel narrarsi, sembra trovare la possibilità di conoscersi meglio e di conseguenza anche la possibilità di darsi delle risposte lì dove lo scenario attuale non lo permette ancora. "Alla luce di quello che sappiamo sulla triade dell'attenzione, rappresentazione e connessione", Rita Charon infatti afferma nel suo testo "possiamo rivedere le nostre azioni abituali".³ Un invito ad aver cura e attenzione di noi in una rappresentazione che diventa percezione del nostro agire verso una maggiore connessione che è prezioso legame con gli altri.*



3) Rita Charon, *Medicina Narrativa, Onorare le storie dei pazienti*, Raffaello Cortina Editore, 2019



È il mio albero degli abbracci al lavoro... Lui è intrappolato tra i muri e solo, ma questo non gli impedisce di allargare i rami per accoglierci...

... “Sconforto ribelle” perché non si ascolta chi è “in prima linea”. Ma la nostra professionalità colma il vuoto e lo “sguardo” riconoscente” delle persone di cui ci prendiamo cura, è caldo ed incoraggiante quanto un vero abbraccio che ora sarebbe davvero prezioso.

** O.D.B è un’infermiera che ha conosciuto la Medicina Narrativa e Scrittura da qualche anno e ne riconosce la valenza trasformativa nella propria esperienza. Scrivendo di getto, come facciamo sempre, riconosce l’importanza di uno sguardo che ha bisogno di non perdersi ma di ritrovarsi IN CHI CURA. Per i colleghi che lavorano in ospedale, in questo periodo più di altri,*

non è facile esprimersi, ma O.D.B. coglie IL DETTAGLIO che diventa forza e motivazione. Sottolinea la nostalgia di qualcosa di cui siamo stati privati e mai avremo pensato fino il sette di marzo: un abbraccio.



** Il racconto che segue è di E.M.L, infermiera occupata a portare assistenza nei territori delle Cure Palliative. Vive in un delle regioni più colpite e ad un certo punto, ho avvertito il bisogno di sentirla scrivendole. Ci conosciamo grazie alla Medicina Narrativa e sono le narrazioni di noi che ci hanno tenuto legate in questi anni. Perché raccontarsi crea legame e legame crea senso di appartenenza anche in aspettati orizzonti come quello del lockdown. È il 19 marzo 2020...*

“Mi è stato chiesto “come va?” Cerco di rispondere più come esercizio che altro... l'aggettivo che uso di più per descrivere questi giorni è “triste”. Triste la preoccupazione. Triste la prospettiva. Triste la stupidità... certo. Triste.

Ma questa settimana per me è stato triste (ma davvero triste!) assistere le persone con mascherina e

guanti. Accarezzare con guanti in nitrile il viso o la mano di chi -cosciente- da lì a breve sarebbe morto. Parlargli e sorridergli dietro una mascherina che toglie il fiato. Valutare ogni singolo gesto con la paura di mettere in pericolo i miei cari... E poi insegno che in questo mestiere ci si deve dimenticare di sé per il Bene dell'altro. Non oggi. Oggi non si può. Ed è triste. È triste Stare nei pressi faticosi della Morte e pronunciare parole feroci e dolcissime ad un padre, un fratello, una figlia che piangono ad un metro di distanza. E non poter abbracciare e non poter stringere mani. Quando ci si sente abbandonati si ha bisogno di presenze, di abbracci (questo l'ho sperimentato sulla mia pelle...).

Triste anche pensare a funerali in pochi... non è nulla, ma forse non è vero.

Triste leggere il terrore negli occhi dei genitori dei bimbi malati, cui si aggiunge angoscia ad angoscia. Ci chiedono miracoli in fondo che noi purtroppo non possiamo fare.

Tristi i messaggi di chi è rimasto solo e mi parla di echi di silenzio che aumentano la mancanza.

Triste sapere la fatica dei tanti colleghi che si stanno spendendo anima e corpo. Triste non poterli aiutare oggi: oggi ho responsabilità diverse... ma cazzarola che fatica non poter lasciare tutto e andare a fare il mestiere che ho scelto! Triste.

Eppure... eppure ogni mattina mi sveglio (non che di notte si possa proprio dire che dorma...) e mi sento carica di Speranza. Cerco il Bello. Mi ostino a guardare le piccole cose che mi circondano (che piccole non sono). Cerco di rimanere stretta ai miei ragazzi, ai miei Amici, ai colleghi, a Dio... Ecco: soprattutto stretta a Dio, alla Parola,

alle parole che nutrono l'anima. Cerco di leggere tanto. Condivido (forse troppo e me ne scuso) per far circolare il pensiero come l'aria fresca in stanze chiuse.

Ma mi accorgo che è questo che mi permette di andare, di custodire, di Stare sempre e nonostante tutto. Questo mi nutre e mi sostiene davvero.

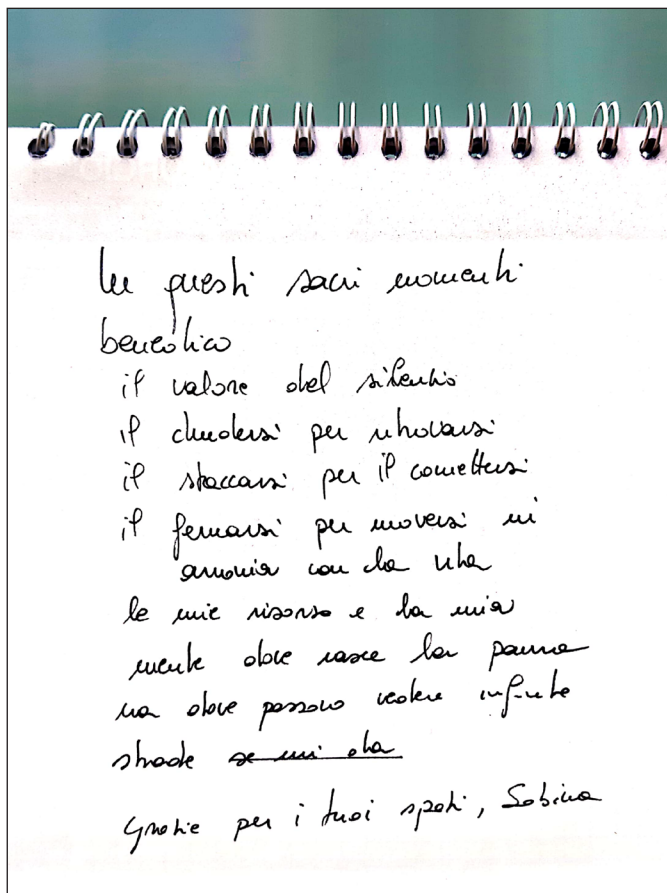
Questa mattina è morta P. L'ho vista ieri. Era tranquilla. "Grazie E.L. che sei venuta!"

Piccole cose. Nonostante le mascherine e i guanti. Nonostante tutto'.

** Eccolo il "nonostante tutto" delle nostre storie. È presente in ogni storia, non solo in quella di E.M.L. Il nonostante tutto afferma la nostra volontà di sopravvivere a questa complessità e incertezza, aprendoci alla possibilità che possiamo essere per gli altri. Non sfugge l'attenzione al dettaglio e neppure il rinnovato riconoscimento alla propria professione di cura che è proprio "essere nello stare"... NOI SIAMO LE STORIE CHE RACCONTIAMO NONOSTANTE TUTTO.*



DIARIO di un VIAGGIO



** Il diario cerca di riordinare il Tempo che stiamo attraversando, lo percepisce e ci conduce verso una sorte di Arte del Vivere che interrogandoci ci fa apprendere da noi stessi, una nuova ARTE DELL'ESISTENZA.*



Il diario è proprio un ottimo compagno di viaggio.

Posso raccontargli tutto senza maschere o filtri, anzi me li toglie con elegante disinvoltura nel mio discorrere. E da qualche parte mi porta sempre.

Avevo intenzione di appuntare tutte le cose che non andavano, le incongruenze di questo momento... avevo iniziato, poi non sono andata avanti, il diario col suo amico intento mi ha frenata ed ho sospeso. Ieri, dopo un momento "no, ho avuto un'illuminazione, anche semplice ma altrettanto utile... "scrivi tutto ciò che hai vissuto di bello, cosa ti ha insegnato questa giornata anche mettendoti davanti uno specchio deforme" Eh sì, questo è stato significativo e ho scritto: "è stata una gran bella giornata con un complimento che mi ha riempito di gioia: mi han detto che avevo la faccia luminosa, quasi da gravida... e per fortuna uscivo da un'arrabbiatura!!!

E mi son abbracciata di cuore, come si fa con le donne gravide... chissà cosa nascerà di bello: è già voglio bene a quella creatura, che non è un bambino, ma comunque una parte sacra di me in evoluzione!

Buongiorno Primavera'

** Ha scelto di raccontarsi in forma diariale, S.V. infermiera, una tipologia di scrittura usata al tempo presente, in cui chi scrive esprime la necessità di darsi una forma che si riconosce grazie alle parole.*

S.V. lavora in una terapia intensiva neonatale, la Medicina Narrativa la conosce e avverte come un bisogno lo scrivere. di sé. Ha necessità di raccontarsi e così di ritrovarsi in quanto le accadeva attorno come madre e come professionista.

Questa sua prima scrittura autobiografica è una riflessione sull'uso di un diario che lei ha chiamato: "Diario di Viaggio". Sono preziosi appunti che testimoniano, non solo quanto per lei è importante scrivere ciò che sta succedendo, ma anche splendide considerazioni di lei e "della sua parte sacra in evoluzione".





“Stanotte ho pensato al mio albero: mi hanno messo le distanze, ma continua ad essere saldo e vicino nella sua semplicità non ha bisogno di nulla, si lascia accarezzare dal vento e si scotta sotto i raggi del sole, si fa potare i rami suoi figli e non esce una lacrima... rimane forte della sua essenza!

Forse dobbiamo ritornare semplici per esser forti...

Abbracciarlo, qualche giorno fa, mi ha fatto sentire la sua solidità, mi ha fatto tornare tra le braccia di mio padre...

E anche se non posso raggiungerlo per te è dentro un parco, è di fronte la mia casa, oltre la siepe... posso salire al primo piano o su una finestra e lo posso vedere in tutta la sua magnificenza.

Ci tolgono certe libertà, certi contatti, ci allontanano da certi simboli... e l'amore per loro cresce.

Avevamo forse bisogno di riassaporare la nostra libertà e sentire quanto siamo forti? Sì... grazie,”

* La scrittura di S.V. nasce dall'invito di adottare un albero o una pianta e osservarlo in questi giorni e osservarci con lei. È un invito perché lo sguardo diventi attento, attraverso la scrittura, ai dettagli della vita quotidiana. Vuol dire iniziare a conformarsi ad una "postura esistenziale" di ciò che ci circonda per una postura narrativa del Mondo e della relazione con gli altri.

15.03.2020

Io credo

nel momento di aver il massimo rispetto degli altri:
di ciò che sentono o vogliono fare,
e soprattutto di ciò che credevano.

Io credo che non sarei il virus a farci morire ma la paura, l'incertezza, la perdita di controllo

Io credo che questo virus abbia la chiave per aprire i nostri anodi con gli scheletri:
chi ha paura della malattia, chi di rimanere solo, chi di non dar da mangiare ai propri figli --- chi; ognuno di noi sa!

Io ho cretato la paura della depressione e di rifiutare i miei figli
ed ho rispetto di tutte le paure che per me non subisce, perché al di là di ciò che penso restano paure.

Io credo che impedisca a sentire la mancanza del contatto, della certezza, dei profumi e dell'universo perché la tecnologia ci sta aiutando, ma ci ha impedito di tornare ai nostri turni alle cassette. Questo è il mio credo.

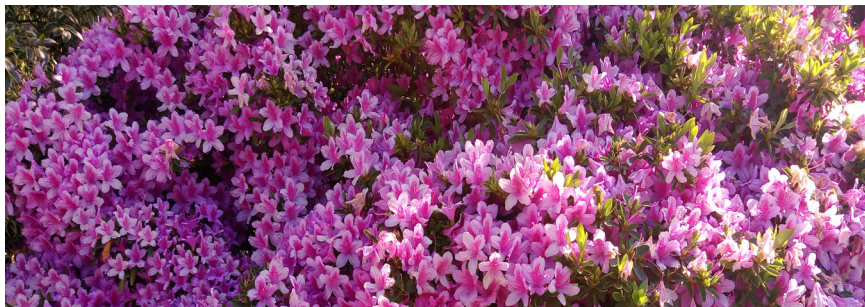
*“Caro tempo,
sei una mia dimensione,
a volte estesa, quando non ci sono limiti o aspettative,
a volte in conflitto se vivo con scadenze e bisogni.
Il tempo è il mio scorrere, è il nulla indicibile a cui do senso
ogni istante,
che si tinge di colori diversi: rosa, azzurro verde e... buio,
se il mio stato è cupo,
luminoso e sfavillante quando danzo in equilibrio sulla mia
esistenza.*

Tempo passato immortalato con foto.

Tempo futuro creato dall'immaginazione.

*Tempo presente quando le visualizzazioni sono sostituite
da istanti
di battito e respiro... tempo vivo”!*

** È una lettera per “il Tempo” non solo come dimensione,
ma anche come entità immaginaria quella di oggi di S.V.. Nella
pratica della scrittura autobiografica, la scrittura epistolare è
un'altra forma di esplorazione antica se si pensa a Seneca e a
molti altri filosofi antichi. In Medicina Narrativa, viene usata
come dispositivo per scrivere “alla propria malattia” o “al proprio
corpo” allo scopo di portare la persona verso un ristrutturazione
del pensiero “frammentato” dall'evento di sofferenza e disagio.*



“Nel tempo in cui non ho la possibilità di acquistare mi prendo più cura degli oggetti, li devo preservare perché non si sa mai... forse imparerò ad averne cura perché hanno un valore.

In questo tempo riordino, tolgo la polvere, ridò luce al sepolto e ritrovo ciò che non sapevo di avere nel cassetto, nella mente e nel cuore.

In questo tempo ripenso ai metodi della nonna, le sono in qualche modo più vicina e percepisco quel senso di calma, di attesa di cui prima mi sembrava di non poter fare esperienza:

- ora ho il tempo di lasciar lievitare*
- ora ho tempo di lasciar disincrostare,*
- forse sta lievitando anche un profumo più buono in me*
- forse sto scrostando qualche vizio incancrenito.*

E con la meraviglia di un bambino mi accorgo che sto facendo esperienza di cura, di luce e di riprendermi quel tesoro tanto sfuggente che è il tempo, e siccome non lo posso trattenere e custodire me lo gusto!”

** Il concetto Tempo è stato riscoperto ed è diventato un tempo dello scrivere di sé, un gesto per riprendersi tra le mani ciò che si è vissuto e che ci risiede dentro da sempre. Memorie da lasciare andare per nuove progettualità con cui misurarsi con maggiore consapevolezza.*

Vi si ritrova la dinamica dello scrivere per “sostare ed essere”, un tempo dell’attesa che è tempo che “tende” verso un generare una nuova forma alla nostra Storia.

“Anche questa mattina mi son svegliata col mal di testa, piena da un po’ di tempo, piena di pensieri che si sono impossessati di me e non mi lasciano libera.

Sono stanca di tutto questo e mi sento un po’ sola, a volte, Papà.

Chiudo gli occhi per immaginare il tuo sorriso e la tua forte stretta che mi dava sempre quella carica che faceva sentire me, te, un unico pieno mi sentivo un tutto.

Ho chiuso gli occhi e ho tenuto aperto il cuore col tuo ricordo e mi sussurri: “Avanti!”

Allora mi faccio una doccia calda, mi spalmo un olio profumato, mi accarezzo il viso con la crema, mi trucco di luce.

Faccio colazione veloce, perché ho ancora lo stomaco chiuso, però scelgo qualcosa di bello da indossare anche per 20 minuti, il tempo per andare al lavoro, voglio esser carina e curata, come piaceva fare anche a te, per il semplice rispetto di me... per vestire fuori quello che ho dentro.

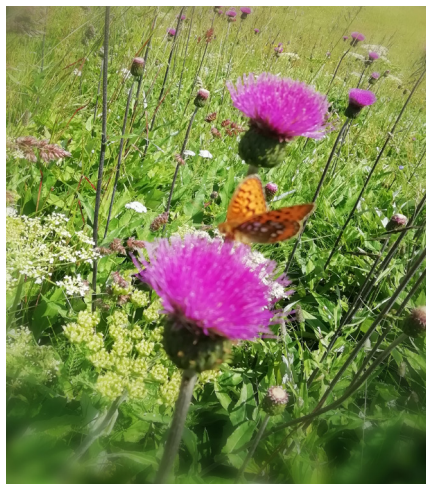
Scelgo una camicia bianca e una giacca azzurra, acquistata da poco, poco prima che ci chiudessero i negozi, mi aveva colpito tanto e guarda caso, ora noto, ha lo stesso colore dei tuoi occhi: un azzurro grigio dolce, il nostro colore preferito e così con i nostri colori mi vesto a festa, perché andar al lavoro è come andar ad una festa perché il mio lavoro, che tu hai sempre stimato, è una meravigliosa opportunità con la vita.

Parto e complice una dolce melodia... piango, piango di gioia per averti amato così tanto, per aver provato quelle emozioni e non è comune piangere di gioia di questi tempi: questo è l'ennesimo regalo a distanza dall'ultimo contatto

mentre risuona in sottofondo la frase magica, infatti tu non avresti detto “andrà bene”, diresti anzi ribadiresti con amorevole decisione: “siamo FORZA! ... el me schiùt” (mia piccola), poi strizzi l’occholino, mi dai una spinta e ti allontani.

Buona giornata Papà. Una fortunata S.”

** Il diario di viaggio di S.V. questa volta ha raccolto una lettera al suo papà. Una lettera che punta a colmare un vuoto lasciato da nostalgie, facendole rivivere in un presente “vivo”; allo scopo di ritrovare legami e il loro significato all’interno di questo momento storico particolare. Tenera intima testimonianza da onorare.*



“Cosa sento in questo periodo:
gran peso, a volte dolore, smarrimento
per quello che sta succedendo fuori
perché è qualcosa di nuovo, stravolgente, dall’aria funesta
e incontrollabile,

poco chiaro che coinvolge tutti
e in particolare i miei cari (perché faccio questa
preferenza????).

Dall'altra sento più pace, gratitudine
per ciò che ho, che ho fatto e sono
per me, per i miei figli, compagni, lavoro...

Due sentimenti contrastanti,
allora chiedo (lassù) come preservare tutta questa pace
e accogliere il resto, anzi mi viene ancora da dire:
“proteggimi, fa che alla paura dell'esterno, si sostituisca la
capacità di crescita.”

Ascolto più me.

Io credo che come vedo fuori così è dentro;
finché vedo del male fuori e mi arrabbio con quello che sta
succedendo

sono superbamente nel giudizio di Dio,
verso l'insegnante che mi sta faticosamente mostrando
qualcosa.

Allora anziché inveire o preoccuparmi
esprimo la mia stanchezza, paura, desolazione
e chiedo aiuto a quel Dio dentro e fuori di me,
affinché mi permetta di comprendere
e vedere la soluzione che già c'è.

Del resto siamo perfettamente sincronizzati col tempo di
Quaresima

E possiamo, dunque, costruire e sentire questa rinascita
sempre più vicina!

Io sento che la distanza sarà funzionale
se ci permetterà di isolarci dalla frenesia e dal caos
per ritrovare il nostro sé e non per allontanarci
dal Mondo e vedere l'Altro come un pericolo.

Sarà una prova di fede e di amore che è l'unica cura e soluzione... per me!"

** Parole come "paura", "smarrimento" "pace" "gratitudine" "rinascita" e "amore" in questi giorni, ricorrono spesso negli scritti che sto raccogliendo quasi si volesse così mettere ordine sulla pagina, lì dove non pare possibile farlo al momento, in una realtà incerta e confusa come quella del lockdown. Un modo di sentirsi attraverso le parole e attraverso queste poter avere una BUSSOLA.*

S.V. a parte scriverà: "dopo questo sfogo, riflessione, incoraggiamento mi sento più leggera, ho tirato fuori dei pensieri che dentro intossicano e ho preso luce da ciò che è positivo. A volte mi sembra che scrivere sia come srotolare e sgrovigliare una matassa per poter prendere il filo e ricominciare la maglia come anche risolvere una equazione: soltanto con lo svolgimento e i dovuti calcoli i numeri acquistano altri significati e portano alla soluzione, mi sembra di ritrovare un'altra parte di me! Grazie..."



“In un fluire a volte turbolento di emozioni che vanno dalla pace, all'incertezza, dalla quiete interna alla tempesta di fuori, mi ricucio i tessuti, brandelli di guerre che devo ricomporre per affrontare o accogliere l'occasione.

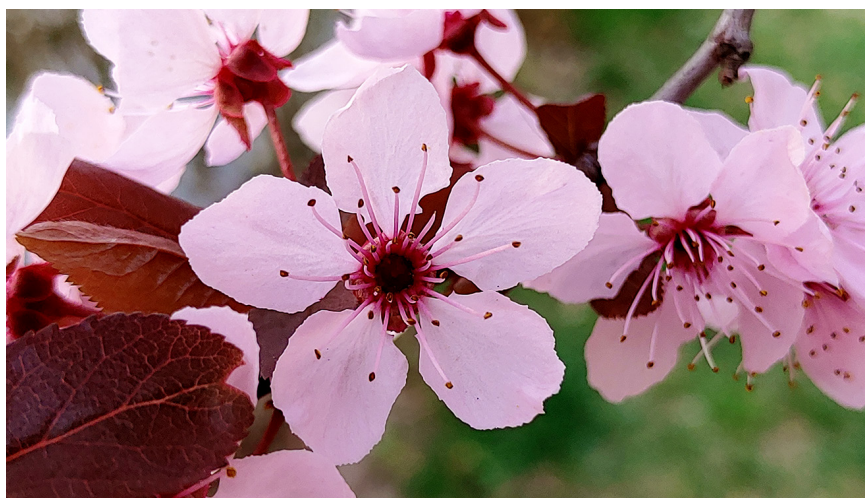
E con l'ago e filo che in questo anni mi son procurata do forma a una figura che neanche conoscevo nei dettagli.

Mi sto allenando alla pazienza perché era tutto veloce e preconfezionato, anche la cura... ora devo prendermi io cura col balsamo più opportuno.

E nel rammendare penso al mio sogno, sì, perché possiamo averne ancora... e nostri.

Il mio sogno è di condividere questa calma e solarità, di aver cura con metodi diversi studiando ciò che mi fa bene e come alimentarlo e non cosa mi fa male e come distruggerlo.

La vita ha varie sfumature tante quante i nostri pensieri e può prender due direzioni: il buio o la luce, l'odio o l'amore... E per realizzare questo sogno mi auguro di incontrare e arricchirmi di tante persone di luce.



** Ancora una volta... nonostante tutto, in questi giorni intensi oscillanti tra pace e incertezza, ci si abbandona fiduciosi alle parole e alla loro cura, quale lenitivo di speranza nel reimparare a vivere in una nuova realtà.*



** E arrivano Pasqua e Pasquetta... in quarantena! La scrittura di S.V. è scrittura palpitante, voglia di raccontarsi e raccontarsi agli Altri.*

“È tutto un scrivere... se non mi senti è perché ho con me pezzi di carta... appunti... riflessioni... abbracci alle sofferenze passate... sorrisi di gioia per la consapevolezza presente. La mia mente scrive... e la penna la rincorre fino a quando si fermano in un sospiro di sollievo.

Pasquetta

Oggi ho avuto un spiraglio di fiducia: ho consegnato un altro diario ad una mamma albanese e mi ha detto che già stava scrivendo e con gioia ha accolto il nostro pensiero per lei. Ma allora siamo in tanti a scrivere, crescere ed aver cura...! Ho pensato.

Questo è uno spiraglio in un paese che sembra alla deriva perché non reagisce, non si informa... insomma ce ne dicono di tutti i colori.

Io credo che siamo un popolo umile, a volte delle quattro chiacchiere da mercato (che fan bene pure quelle)... ma si son scordati di credere in noi, e se questa mamma... è qui, non è un caso!

Ti abbraccio?'



** In questi scritti di S.V. la pratica della Medicina Narrativa diventa possibilità di autoconsapevolezza emotiva attraverso la scrittura autobiografica, riflessiva ed espressiva. Si realizza l'interrogazione del proprio modo di pensare (meta-cognizione) e l'interrogazione del proprio modo di sentire (meta-emozione).*

** A fine aprile, arriva una riflessione di S.V. sulla LIBERTÀ...*

“In questa pausa di vita riconosco il grande valore della libertà, quanto ne ho raggiunta, quanto comporta raggiungerla e quanto ne continuo a godere:

- libertà di lavorare, di riposare, di pensare, di vivere autonomamente, di muovermi, di aver scelto i miei figlie e il compagno.*
- Libertà di scegliere dove lavorare e cosa studiare, di frequentare alcune persone o di isolarmi... libertà di scegliere.*
- Libertà preziosa che molte donne non si son permesse, non sapevano di aver diritto o per cui hanno lottato.*

Ci penso, respiro e me la godo questa libertà che porterà sani frutti e spero che questa gioia e orgoglio che provo dentro arrivino come un eco a tutte quelle donne del mio passato che non l'hanno goduta e che porto in me”.

** Vi è uno sguardo che ordina, sposta, analizza e fissa, rivolge domanda, rappresenta e si rappresenta in una continua ricerca di sé come adulto in un contesto destabilizzato dopo la pandemia. Racconta di sé, esplicita ed esplora, di getto, “ sfoga” in un voler ritrovarsi in un progetto di ri-costruzione della propria Storia e di conseguenza della propria individualità.*

** È il 02 maggio, con queste ultime confessioni, espressione di una consapevole fragilità che accende in noi delle splendide immagini, S.V. vuole portare a conclusione il suo Diario di Viaggio.*

UNA MAGLIA A FIORI

Ogni tanto chiudo gli occhi
mi siedo tra le nuvole con qualche mio caro e guardo
all'ingiù:
tutto questo formicolio irrefrenabile, queste strategie di
lotta e fuga, di vinti e vincitori, che non sono altro che
una parte di noi
del bianco e del nero
del buono e del cattivo in cui mi specchio.
Pensandoci bene, mentre scrivo... e ti ringrazio mia cara
penna...
non c'è dualità o vincitori
siamo fili intrecciati in una stessa maglia: la vita,
con un dritto e un rovescio
e con un buco, corolla di un fiore che si apre tutto
intorno.

UNA GERLA PER ME

Se nego la mia fragilità
se condanno ancora i miei difetti, MUOIO,
perché uccido la mia umanità!
Che la scure, che ho spesso alzato,
si sgretoli
o diventi vimini per la mia gerla di saggezza!



** “La scrittura non salva ma ripara, non dimentica, bensì fortifica la memoria... non nasconde, ma tende all’illusoria ricerca della Verità”.⁴ È quello che S.V. ci ha suggerito nei suoi scritti e che ancora c’invita a fare. Un rifugio rassicurante che lei rende vivo attraverso parole che vibrano e tendono a restituire senso agli attimi.*

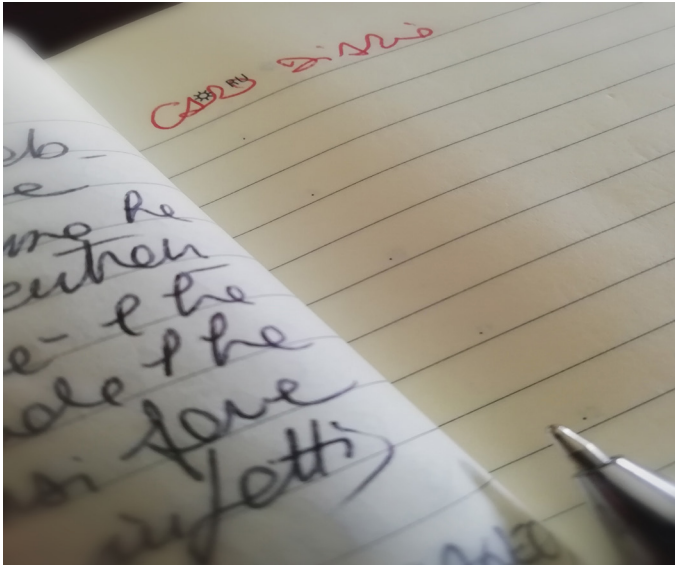
4) Ludovica Danieli e Donatella Messina, *A scuola di Autobiografia*, Mimesis edizioni, 2018.

DIETRO le MASCHERINE...



... Io e Noi

** Lei in foto è la mitica Maya, espressiva e unica nel suo modo di raccontarsi. Fedele al nostro fianco come ad AN.C., il suo padrone, infermiere. Racconta la quarantena della nostra amica a quattro zampe, compagna di studio attenta di sua figlia che è costretta a seguire le lezioni da casa, come tanti altri bambini.*



** Questo capitolo ha “la mascherina” come oggetto/comportamento che ha iniziato a far parte delle nostre vite. Con Chiara, la collega con cui conduco il gruppo di Medicina Narrativa e Scrittura Autobiografica al Museo Bailo, durante, un incontro online, s’invita a far riflettere “sulla mascherina e il nostro rapporto con lei e con il Mondo”*

*“Chi ga i denti no ga el pan chi ga el pan no ga i denti
“Sì perché io starei molto volentieri a casa, cosa che voi non riuscite a fare. Mi piace il mio lavoro ma ho paura ad andarci, ho paura di questo virus che sembra possa essere ovunque e quindi ti ritrovi a vivere con il fiato sospeso.*

Ho paura di poter essere io l’untore dei miei famigliari. Maledetti asintomatici positivi. Potrei essere io e ne ho il terrore. Quando incontro lo spazzino in calle alle sei del mattino, quando lascio passare la signora in coda al supermercato, quando incrocio lo sguardo del marinaio in battello, mi ritrovo con il fiato sospeso. Mi accorgo che

parlo con gli occhi perché ho paura a respirare. Ho paura di infettarli, ho paura di prendermelo e passarlo.

Si perché l'unica che esce di casa sono io, io che vado a lavoro faccio un giro unico di commissioni e sono che corro tra le calli per far veloce, per tornare al sicuro, per paura di dovermi giustificare con la polizia anche se sono in regola. Vorrei fare il tampone ma chissà quando lo faranno a noi sanitari e comunque sarebbe una finta illusione dato che a lavoro ci vengo tutti i giorni quindi potrei infettarmi in qualsiasi momento.

Indosserei volentieri la mascherina chirurgica per strada ma sarebbe illusoria. Sarei molto più tranquilla se tutti la mettessero così non ci infettiamo a vicenda.

A lavoro sto diventando asociale per potermela togliere e respirare da sola in una stanza.

Ieri una paziente mi ha chiesto di abbracciarla, è stato imbarazzante dirle di no. Loro non si sentono a rischio con noi perché "voi non ci fareste mai del male":

La cosa che mi manca di più è abbracciare, ho paura a farlo. Trattengo il respiro anche se sono a distanza di un metro. Molte volte quando una persona mi parla sono più concentrata a pensare se la distanza che abbiamo sia abbastanza. Non è una bella sensazione rendersi conto di non saper più ascoltare."

** L.C. è un infermiera che lavora in una comunità terapeutica, mi ha fatto dono di questo scritto proprio all'inizio della chiusura, onorata di poter far conoscere i suoi pensieri... ma anche le paure degli operatori sanitari e il loro convivere con queste. La paura del contagiare e del contagiarsi e tutto ciò svela, l'umano della professione e la grande nostalgia per un abbraccio... mentre fanno "la loro comparsa le mascherine":*



“Il mio respiro è avvolto, protetto, ho la percezione del soffio, del suo calore, del suo odore. Il mio viso ne è intrappolato dentro come in una maschera. A volte mi fa sorridere questa idea di essere mascherata. Tanti mi incontrano ma non mi riconoscono. Mentre alcuni mi scambiano per qualcuno che non sono. Che teatro!

Sento il mio respiro con grande percezione e vedo maschere. Alcune sono bellissime, fatte di stoffe colorate. Altre trasformano chi le porta in un Diabolik. Il mondo a me conosciuto oggi è surreale. C'è silenzio. Le persone si guardano, non si toccano e si allontanano dentro le loro mascherine, i loro strati di lattice e di gel alcolico. Non vogliamo essere toccati. Parliamoci sì! Ma distanti! Scappiamo dal mondo. La solitudine è casa. Viviamo soli e lontani. Siamo vivi ma soli.”

L.F.

** La parola scritta cerca di “ritagliare”; “mettere insieme” e così produrre dei pensieri e dei significati possibili sullo sfondo di un tutto nuovo e un tutto incerto. “Una messa in parola di un’esperienza” che costituisce una bussola su cui orientarsi.*



“Mi sento rappresentata da questa immagine (vedi sopra)... Mi lascio trasportare dal mare come questa barca a vela, senza fretta e senza aspettative. Semplicemente osservando, pur nella notte buia, le meraviglie e l'immensità di cielo e mare. Nessuna aspettativa ma il desiderio che passata la notte ad accogliermi ci sia uno scenario insolito, diverso da quello che ho lasciato.

Mascherina... mi avvolgi parte del viso, mi copri le labbra, mi nascondi il naso, mi fai sentire costretta in un respiro più lento sul quale vorrei impormi, ma accetto e lascio che sia così infondo mascherina così proteggero me e gli altri. Altri dei quali cerco almeno lo sguardo. Non sempre lo trovo. Qualcuno sembra che dietro la mascherina nasconda anche agli occhi per evitare qualsiasi contatto dal quale forse vuole difendersi maggiormente. Qualcuno invece riesce ad esprimere una presenza insolita in quell'unico pezzettino di viso che mostra al mondo.”

R.C.

** La mascherina non era parte della nostra quotidianità, ma era legata all'ambiente sanitario. Uno spazio narrativo ci riporta in “con-tatto” con le nostre emozioni e al modo con cui ci rapportiamo a esse.*



“Mascherina... Mi impone a monitorare il mio respiro, a rallentarlo, mi scalda il viso... non sempre è un male... lo cerco di sorridere sotto la mascherina quando saluto la gente che trovo per strada, per poi rendermi conto che forse il sorriso non è stato visto... Forse qualche persona più accorta però se ne è resa conto, del mio slancio verso la positività... lo lo osservo negli altri... e lo cerco.”

E.L.



“Che periodo non so sono strana quasi anaffettiva sento tutto il mondo molto lontano... Forse perché sono stanca e voglio prendere le distanze da un mondo focalizzato dal coronavirus... Ed improvvisamente riscopro che le cose importanti sono poche davvero... ed è soffrire e rinascere dentro di me: soffrire per non aver saputo capire... a volte rinascere perché dagli sbagli, dalle cicatrici tu rinasci più forte e mostri le tue debolezze perché ne hai finalmente il coraggio... Giornate di pianto, di tristezza ma anche di gioia (vedere mia madre che usa le video chiamate... 82 anni) e allora mi chiedo serviva davvero una mascherina per tutto questo?”

A.R.

** Pagine che sono tracce di un sostenerci in una condivisione attraverso lo sviluppo di ulteriori nessi e collegamenti che ci fanno sentire vicini nelle distanze imposte dalle restrizioni.*



“Le mie violaciocche mi rappresentano, sotto le foglie ingiallite (volevo buttarle) piano piano hanno riavuto questa fioritura. Pure io mi sento così: con un fondo di vita

ingiallita, ma ancora in attesa e con lo sguardo in alto.

Circa la mascherina personalmente mi pesa (soffro di claustrofobia) guardando gli altri sorrido: come il cane pure la mascherina somiglia al proprietario. I poveri indossano quella di Zaia, i fantasiosi la personalizzata, gli ansiosi quella col filtro, “le fighette” addirittura bordata di perline.

Io abituata, anche per lavoro, a cercare lo sguardo non sono a disagio. Mi piace quando vedo le rughe a zampa di gallina, rivelano sempre un seppur timido sorriso.”

T.C.



“Io purtroppo trovo la mascherina una barriera verso il mondo, mi sento di escludere l'altro e mi sento esclusa. Io adoro annusare l'aria e camminando con la mascherina, perdo tutti i profumi della stagione, così mi ritrovo a tornare indietro se passo oltre un glicine e mi son persa il suo profumo, tiro giù la mascherina e mi perdo con il naso dentro ai suoi fiori.”

C.P.



“Mi è subito mancato il sorriso! Il sorriso, quello che illumina i visi e fa scattare quel qualcosa che ci fa sentire meno soli. Quello che se è fatto da un bambino ripulisce i nostri cieli dalle nuvole. Sì, il sorriso quello che è un regalo di luce e forza a chi ne ha bisogno. Sì, il sorriso, quello improvviso che ti carica e ti fa credere ancora che nulla è perduto...

Dovrò imparare a “sentire” il sorriso dietro le mascherine...

La mascherina ci protegge e protegge e questo l'ho ben capito... allora resisterò dietro la mascherina, riscoprendo che il mio sorriso potrò vestirlo con i gesti, “abitando le parole con forza, intensificando il loro significato, non spegnendo le scintille che sprizzano dallo scontro con nuove circostanze”... (cit. Calvino) affinché quella distanza richiesta, non sia distanza dal mio cuore, curerò tutto ciò che è in mio possesso Perché non rimanga in balia “dell'approssimativo, dello sbadato e del casuale” questo ancora io possiedo libera dal contagio.”

S.F.

** Sono pagine dove si è cercato di ritrovare una propria autoconsapevolezza davanti a questi nuovi volti dai sorrisi nascosti. La riflessione e la rielaborazione dell'esperienza attraverso le narrazioni di noi, ci ha portato così ad **ESPLORARE** e **RICOMPORRE** un Mondo ormai mutato.*

FRAMMENTI DI SILENZIO



“A volte... il silenzio di scrivere mi piace come canzone interiore, come forza per capire se tutto quello che vien di getto può realmente aiutare un altro”.

P.F.

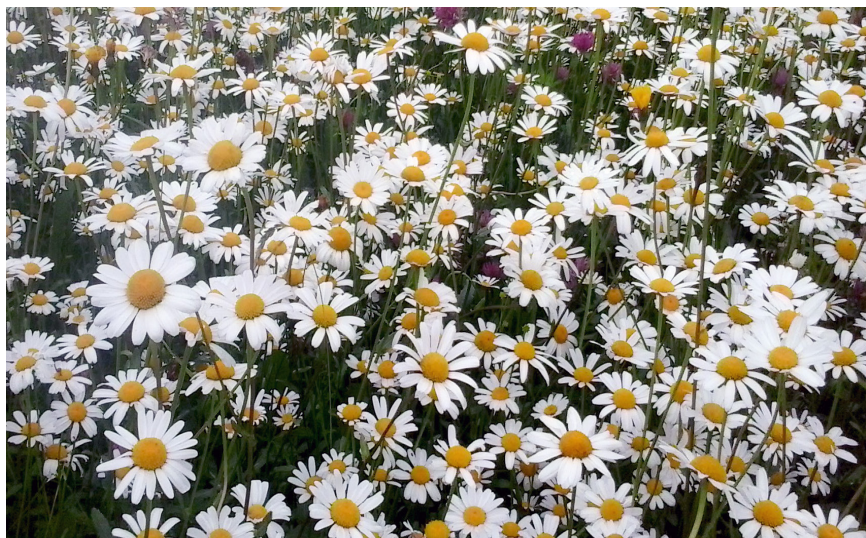
** P.F. è pittrice, con le sue parole “dipinge” regalandoci immagini che c’infondono Forza e Speranza, a noi, “analfabeti emotivi” in questo silenzio sospeso.*



“C’è silenzio, la luce è tenue, surreale. Le persone si avvicinano, ma non troppo. Non distinguo i loro volti, grandi mascherine, camici, cuffie le fanno sembrare tutte uguali. Chiuso gli occhi stanchi e imparo a distinguere quegli angeli dalle loro voci. La porta si chiude e rimango sola... Un profumo di pulito mi pizzica il naso... Ecco la sento è molto lontana e sta tremando, la riconosco, ma non può entrare. Il mio cuore batte forte, vorrebbe urlare: “amore mio sono qui!” ma le parole non escono e gli occhi riscaldano il viso con dolci lacrime salate. La notte è ormai scesa. I muri trasudano la disperazione di tante persone sole consapevoli che forse non rivedranno mai più il viso dei loro cari. La speranza arriva in punta di piedi accompagnata dalle prime luci del mattino... posso uscire da quella stanza, ma il mio cuore rimane lì e prega per tutte quelle anime che non ho mai conosciuto e per quegli angeli dalle voci piene d’amore che le assistono.”

** E.A.L., educatrice, ha voglia di raccontarsi scrivendo con un particolare sguardo che le si è “attaccata” addosso. Viene ricoverata nel periodo dell'emergenza e la sua sensibile e preziosa*

testimonianza giunge a far parte di questa raccolta. Una scrittura così ha bisogno della giusta attenzione e di far spazio a intuizione, generosità, umiltà e alla capacità di essere presenti e di essere testimoni.



** "... stare nel silenzio cosa ci porta?": Un dedicarsi ad uno spazio di scoperta per accogliere il tempo della riflessione e della sana solitudine è quello che fa M.B., infermiera da anni.*

"Il silenzio, può fare paura invece ti accorgi che arricchisce ti permette di ascoltare, di ascoltarti senti persino i battiti del cuore, i pensieri scaturiscono come lo zampillare dell'acqua, ti affacci alla finestra e senti i tanti suoni e rumori piccoli concerti: uccellini che cinguettano, cani che abbaiano, un bambino che suona la trombetta. Quante cose mi dice il silenzio pensavo fosse solitudine invece è ricchezza come tutte le cose va solo usato bene. Ho scritto di getto appena alzata buona giornata a tutte."

** A S.V., il Silenzio porta versi...*

Sono uscita a correre
per respirare
per fortuna ci concedono ancora quello, respirare
il primo atto, la prima fonte di energia
allora grazie per il respiro.
E ho sentito un silenzio diverso
quasi ovatto come quando nevicava
quasi tutto fosse sepolto
da una sorta di incertezza e paura
ma sotto questa coperta di silenzio siamo tutti uguali.
E ho percepito come il silenzio abbia tanti suoni
c'è il silenzio prima di una sorpresa, prima di una
tempesta, dopo una fatica
Questo è un silenzio imposto
ma in questo silenzio sento come sono.
Sì, sono un po' preoccupata,
ma sono anche orgogliosa di quello che ho
e speranzosa di quel che di buono può portare!
Siamo noi a dar voce al silenzio
col nostro spirito
e il nostro spirito come un diapason
può far vibrare chi ci sta intorno
se si accorda.



*“Io mi sento in gabbia!!! Ma i leoni una volta liberi torneranno più “Forti” di prima!
Questa foto è tra le mie preferite*



*... l'azzurro del cielo mi fa sognare e mi sembra di sentire
il fruscio degli alberi...
Quando sarò libera di sentire il silenzio di tutto ciò che ci
circonda??”*

** Sono frammenti del pensiero della Domenica delle Palme di M.A., infermiera in pensione. Soffre di questa “gabbia” in cui ha però ha riscoperto il piacere della letteratura e in particolare dei libri con la loro capacità di rilassarla e di dare un senso alla quotidianità. In quarantena manca tutto ciò che prima avevamo dato per scontato come la libertà di movimento.*

“VERSO” ogni GIORNO



*... Altrimenti è solo poesia mia, pane per la mia mente,
che ha bisogno di togliere il fragore di troppo
e far spazio all'essenziale.*

*Ogni minuto è prezioso e lo coltivo
con i papaveri eterei e luccicanti di sole.*

P.F.

E la gente rimase a casa
e lesse libri e ascoltò
e si riposò e fece esercizi
e fece arte e giocò
e imparò nuovi modi di essere
e si fermò
e ascoltò più in profondità
qualcuno meditava
qualcuno pregava
qualcuno ballava
qualcuno incontrò la propria ombra
e la gente cominciò a pensare in modo differente
e la gente guarì.
E nell'assenza di gente che viveva
in modi ignoranti
pericolosi
senza senso e senza cuore,
anche la terra cominciò a guarire
e quando il pericolo finì
e la gente si ritrovò
si addolorarono per i morti
e fecero nuove scelte
e sognarono nuove visioni
e crearono nuovi modi di vivere
e guarirono completamente la terra
così come erano guariti loro.

Kathleen O'Meara (1869)

** T.C. è un'operatrice sanitaria in pensione da qualche anno che ha scoperto il piacere della scrittura dai percorsi di Medicina Narrativa al Museo. Mi ha girato questa splendida poesia di un'autrice irlandese dell'800, che sembra essere scritta proprio per il momento che stiamo vivendo e che ha imperversato nei social nel primo periodo della quarantena. T. C. ispirata scrive quanto segue:*

“Da questi versi di K. O'Meara “... e nell'assenza di gente che viveva... in modo ignorante e pericoloso... senza senso e senza cuore... che la terra cominciò a guarire...” alle grida e baruffe di Pietro e Virginia: questo, oggi è il mio pomeriggio. I due bimbi sono miei vicini di casa fortunatissimi: hanno un giardino tutto per loro e il loro cane. Riempiono con le loro grida questo silenzio irreali, interrotto solo alle 19 dalle campane della chiesa, il cui suono ho imparato ad apprezzare veramente solo ora. Le campane hanno da sempre dato senso alla comunità, ma nella nostra società secolarizzata le sentiamo, ma non le ascoltiamo. Questa è una delle piccole cose riscoperte; non so ad emergenza finita tutti i nostri buoni propositi che fine faranno. Uno però è gratis e per tutti: riscoprire una nuova umanità vera e sincera, questo è l'augurio anche per voi. Ciao.”

** In questo momento, per T.C. come per tutti, scrivere e raccogliere storie, frammenti di scrittura, poesie ma anche semplicemente messaggi, può avere un autentico valore curativo sia per gli operatori che per i pazienti che per i familiari. Lo scopo diventa terreno comune dove poter costruire assieme i significati del vissuto, del disagio e della sofferenza e quindi trovare anche un punto d'incontro tra mondi diversi. Narrare sviluppa e crea connessione, cioè legame, alla storia degli Altri.*



** Maya al lavoro*

** Nel periodo di quarantena, inoltre si riscoprono amicizie silenziose ma mai assopite. Così ogni mattina, puntuale per messaggio, mi arriva la poesia di M.T. che ha subito accolto questa mia sollecitazione "Al tempo del coronavirus si sta come...":*

VUOTO DI ASSENZA

*Tempo di assenza
tempo di attesa
tempo dilatato
esasperato tempo senza tempo
volto la schiena
all'operoso fluire dei giorni
alla rassicurante cadenza
che trascina
ora lontana
tutto da rifare tutto da inventare
bulimia di tempo
abbondanza di tempo
temporaneo spaesamento
che vuole tempo per comprendere il tempo.*

POLVERE

*Un sottile velo di polvere
segue elegante i profili sinuosi
appanna lattiginoso
marcando distanze
evoca l'ieri ricopre il domani
nella rassegnata immobilità ci fa compagnia.
Cuci un filo di speranza con sillabe diffuse
rara risonanza nella solitudine dell'oggi
atavico riverbero di lontane ritualità.*



UNA SCOPERTA

*Ho scoperto che anche solo guardare basta
ho scoperto il pregio delle ore vuote
il profumo acerbo del tempo
come individuare il tono di una voce lontana
il ricordo dei profumi passati
Ho scoperto che non sono poi così
insicura
che ce la posso fare
guardando altrove
dove ho scoperto che si sta bene.*

PRIMAVERA ANCORA

*E tutto ritorna
un po' di più un po' di meno
come saltare dal treno
L'erba che cresce
la terra smossa
le piccole foglie
il sono che non viene
le aiuole ancora spoglie
Il tempo che mi corre addosso
il soffuso languore
e continuo a non capire
come fare a migliorare
Mi sento vuota tutta da riprogrammare
Nel torpore malato di un giorno sbagliato.*



CAUTELA

Un altro giorno circospetto ricomincia
tutto viene a noia e l'inventiva arranca
vaga lo sguardo e ripercorre azioni spente
La fantasia è sostanza rara
ogni stimolo ci è grato
non un bacio né carezza uno sguardo o un tocco lieve
qualche grammo di parola basta appena a stare insieme
a tenere compagnia e così sia quel che sia.

NON È MAI TROPPO TARDI

Non è troppo tardi
per tornare sinceri
pensare all'oggi
anziché all'ieri
donare un sorriso
una mano tesa
non è troppo tardi
per guardare un tramonto
magari scontato
contare i sassi di un sentiero
o di un prato
modulare la voce
in calde parole
offrirsi nudi
alla luce del sole
non è troppo tardi
per darsi per vinti
buttare i sogni
nel fondo del pozzo

*dire basta
fare un salto nel vuoto
usare il silenzio per regalarsi un perché
non è troppo tardi
per lasciare la tana
strizzarsi l'occhio e
cambiare strada.*

Pasquetta 2020



** CARO VIANDANTE DI QUESTO VIAGGIO NEL NONOSTANTE TUTTO... POTRESTI AVERE LA TENTAZIONE DI SFOGLIARE LE PAGINE PRECEDENTI SENZA LEGGERE QUESTI VERSI SAPPI QUINDI CHE...*

La parola POETICA ci riguarda tutti molto più da vicino di quanto pensiamo. Spesso non compresa per il suo linguaggio fatto di simboli e immagini, può essere invece una porta per ricreare questo nostro Mondo "stordito", "confuso" e "incerto": Avvicinarla senza pregiudizi è iniziare ad acquisire anche una "postura narrativa" di apertura e accoglienza, di accettazione e riconoscimento di quel incerto che ci spaventa perché privi di parole per raccontarlo.

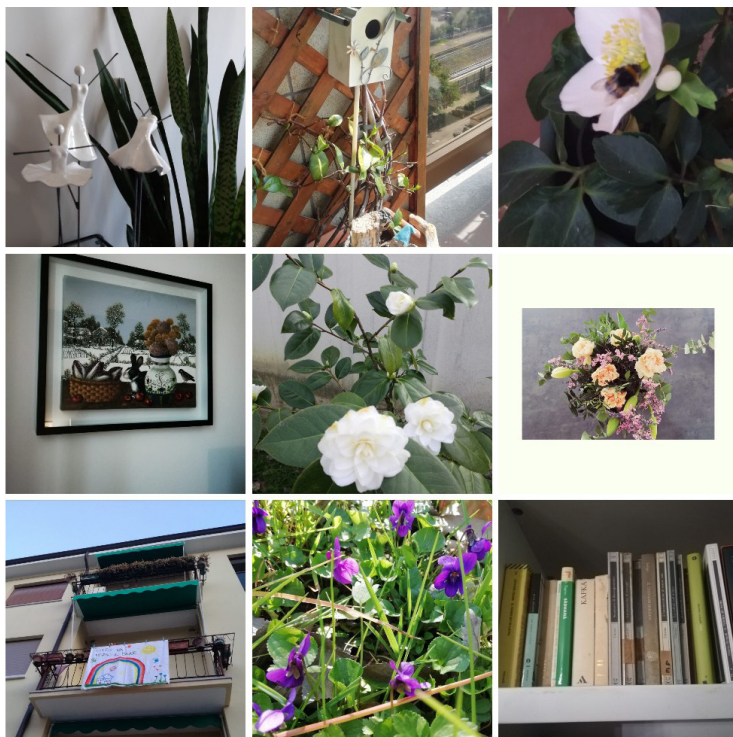
La Medicina Narrativa nei suoi aspetti comunicativi-relazionali, utilizza la poesia per farci esprimere e riportarci a quel bandolo presente e perso nel gomitolo di ogni nostro vissuto. Nel ritrovarlo, ci scopriamo così capaci di "nominarci/definirci" attraverso la parola. È della "parola poetica" il significato "fare, creare e produrre" (significato che gli deriva dal greco antico "poièin" che vuol dire appunto FARE, CREARE) perciò lì dove la parola si è spenta o svuotata di senso, la poesia permette di accendere e riempire l'indicibile di un'epoca sospesa come questa.



** M.T. è stata una delle prime narratrici del laboratorio di scrittura autobiografica dell'Università della Terza Età. Ci tiene che riporti questa piccolo riconoscimento qui di seguito, oltre ai suoi versi delicati, perché altri comprendano l'utilità della scrittura in un momento di fragilità...*

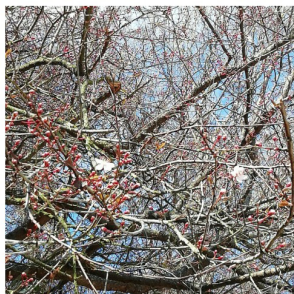
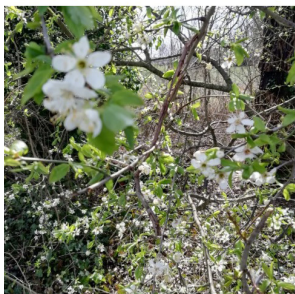
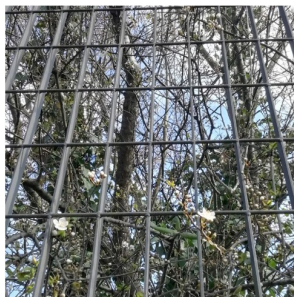
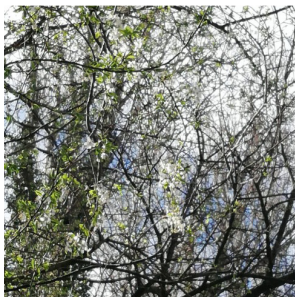
“Il mio grazie va a Sabina e al nostro illuminante incontro, per merito del quale è emerso ciò che era latente e stava addormentato dentro di me. Ho scoperto la poesia. Ho sviluppato la capacità di osservare più attentamente, di ascoltare con maggiore sensibilità, di esprimere senza timore le mie sensazioni. Ho scoperto me stessa, le mie potenzialità, mi sono sentita più sicura, più serena. Non è stato facile né veloce, ho intrapreso un percorso che tuttora seguo con intatta curiosità. Amo pensare che sia la scrittura ad avere la capacità di far partorire da noi potenziali assopiti...”

FOTO E PROGETTI: uno sguardo oltre...

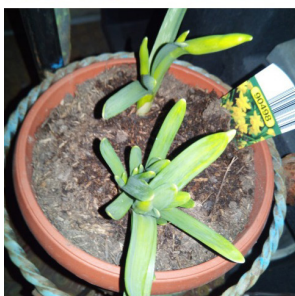
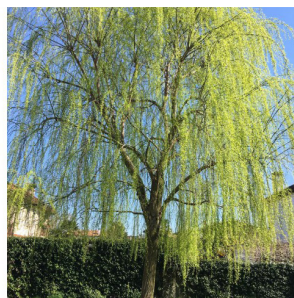
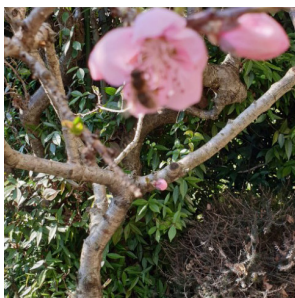


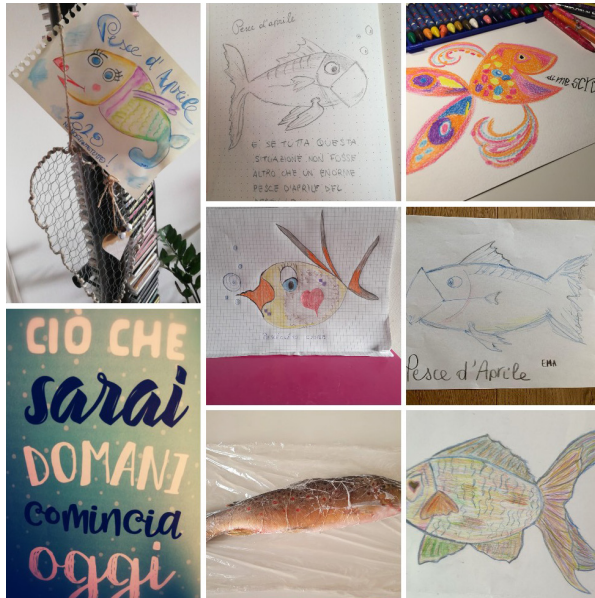
Eccoci dai nostri angoli "sospesi" a raccontarci.

Un collage di foto che è NARRAZIONE di momenti, attraverso cui le persone si sono raccontate in questo periodo di quarantena sia guardando fuori dalle finestre che dentro, dai loro angoli della casa. Rifugio ora per leggere, per scrivere e ritrovarsi nelle passioni abbandonate, espressione ora di creatività e di forti sensazioni.



*Fuori iniziava Marzo...
... anche attorno ai nostri confini...*





... passò il Pesce d'aprile in "maschera"!

Mercoledì
LUNA ☾

Aprile
2020

1

© calendario Filosofico

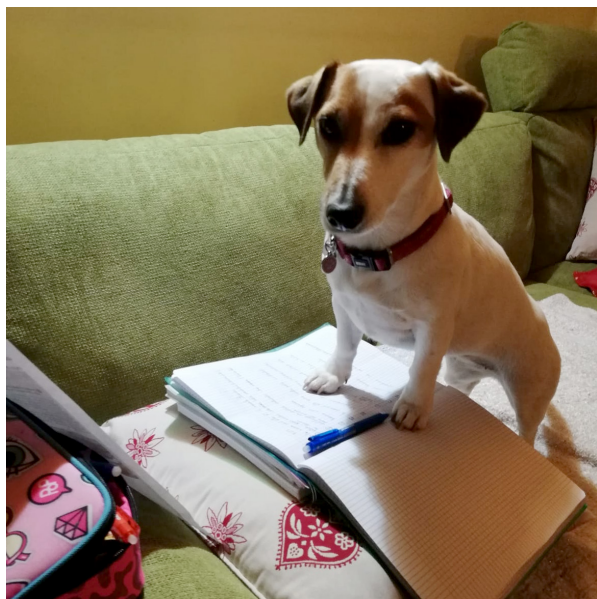
*Lascia andare.
Perderai molte cose
del tuo passato.
Ma ritroverai
te stesso.*

Deepak Chopra
medico indiano autore di saggi "new age"

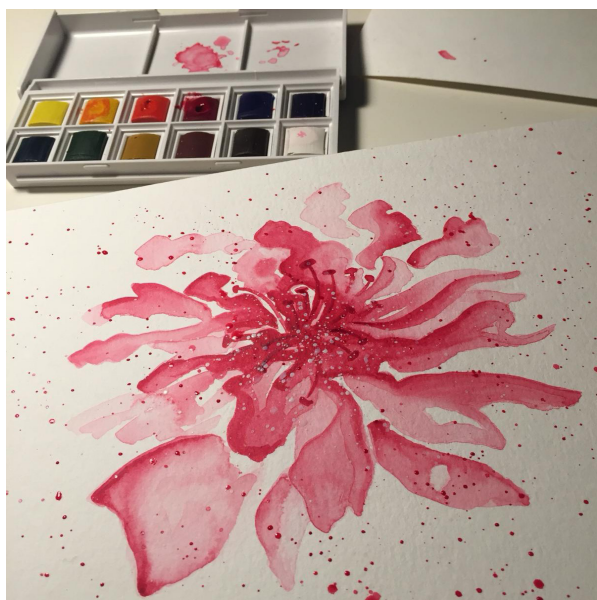


*La Primavera ormai era tra Noi... (O.M.)
... ma Noi non tra lei. (F.R.)*



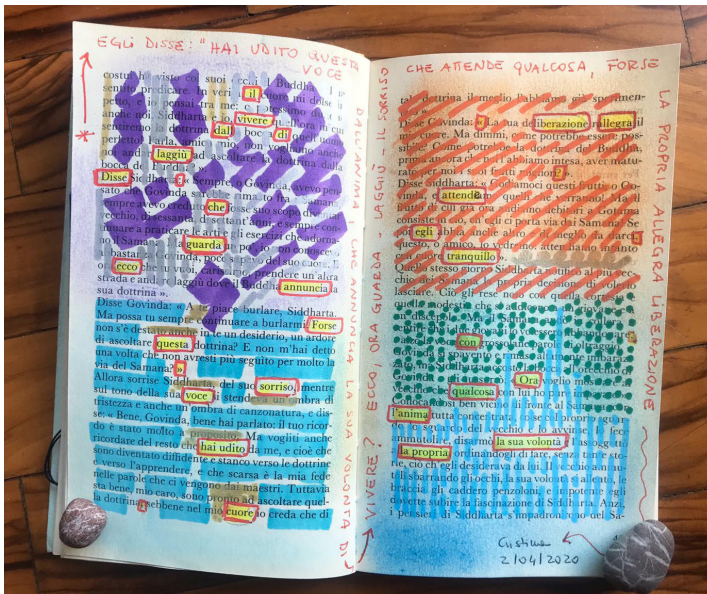


*Noi eravamo a casa a studiare...
... a trovare i colori giusti... (A.C.)*





... colori in tutte le forme... (M.G.)
... colori per le parole e i libri. (C.M.)



Conclusioni



Inevitabile il bisogno di lasciare traccia di noi, un modo di sentirsi di nuovo parte di una comunità. Narrarsi sulla carta stampata, non per affermarsi, ma per afferrarsi in un comune sentire. Riconoscersi e sentirsi poveri di certezze, fragili e con la necessità di tornare ad abitare un quotidiano ormai estraneo. Stringersi nelle storie per aprirsi alla Speranza... spazio di un tempo per poter pensare e pensarsi nella propria storia e nella proprie vicende professionali.



**ORDINE DELLE
PROFESSIONI
INFERMIERISTICHE**
PROVINCIA DI VENEZIA

*Narrarsi per un nuovo senso di
"noi" Infermieri
affinché nulla vada perduto!*

L'Ordine delle Professioni Infermieristiche di Venezia sta raccogliendo numerose testimonianze di colleghi che raccontano la loro professione al tempo del Covid 19

Si è deciso di raccogliere queste storie affinché nulla vada perduto e le parole di oggi diventino domani memoria storica e patrimonio di tutti

Sono scarsi di quotidianità ospedaliera, dove si scopre che se c'è una cosa che il Covid 19 non può annullare è il fattore UMANO

Sono pensieri di speranza, ma anche sentimenti di paura comprensibili di chi con il Covid 19 ci convive e lavora a fianco "del suo contagio e del suo contagiare"

Le parole come: CURA... CORPO... CAREZZA ... RESPIRO... ADDIO ... VITA... ABBRACCI... SORRISO... ASCOLTO presenti nei racconti sono parole che ci guidano, cercano di darci forma e anche di far luce su un senso da dare a tutto questo

Sono pensieri veloci, ma che segnano e ci insegnano a ripartire con un "io credo sia il momento"

IO CREDO

Io credo sia il momento di avere il massimo rispetto degli altri di ciò che sentono e vogliono fare e soprattutto di ciò in cui credono. Io credo che non sarà il virus a farci morire, ma la paura, l'incertezza, la perdita di controllo. Io credo che questo virus abbia la chiave per aprire i nostri armadi con gli scheletri... Chi ha paura della morte, chi della malattia, chi di rimanere solo... Io credo che impareremo a sentire la mancanza del contatto, della condivisione, dei profumi e dell'umanità ...

Susi, Infermiera Terapia Intensiva

PAURA DI RESPIRARE

"Chi ga i denti no ga el pan chi ga el pan no ga i denti"

Si perché io starei molto volentieri a casa... Mi piace il mio lavoro, ma ho paura ad andarci, ho paura di questo virus che sembra possa essere ovunque e quindi ti ritrovi a vivere con il fiato sospeso.

Ho paura di poter essere io l'untore dei miei familiari. "Maledetti" asintomatici positivi. Potrei essere io e ne ho il terrore. Quando incontro lo spazzino in calle alle sei del mattino, quando lascio passare la signora in coda al supermercato, quando incrocio lo sguardo del marinaio in battello, mi ritrovo con il fiato sospeso. Mi accorgo che parlo con gli occhi perché ho paura a respirare. Ho paura di infettarli, ho paura di prendermelo e passarlo.

A lavoro sto diventando asociale per potermi togliere la mascherina e respirare da sola in una stanza. Leri una paziente mi ha chiesto di abbracciarla... è stato imbarazzante dirle di no. Loro non si sentono a rischio con noi perché "voi non ci fareste mai del male". La cosa che mi manca di più è abbracciare, ho paura a farlo.

Molte volte, quando una persona mi parla sono più concentrata a pensare se la distanza che abbiamo sia abbastanza. Non è una bella sensazione rendersi conto di non saper più ascoltare.

Appena arrivo a casa mi "drogo" di Netflix per uscire da questa realtà per un momento, perché non ne posso più, non si parla d'altro che del virus. Ma quando metti in pausa il rendi conto che la situazione non migliora e ti salgono i brividi a pensare che tutto questo possa non finire bene.

Lucia, infermiera in territorio

UN PENSIERO VELOCE

...È il momento del Covid 19, per quante notizie si possano apprendere, tanti dubbi sorgono. Prendi servizio, il tempo di scambiare "scampoli di opinioni" con il turno smontante, arriva la chiamata della Centrale per un intervento, non ci si abitua mai e l'adrenalina entra già in circolo, non pensi a niente, solo ad arrivare velocemente "perché sei il 118" ...arrivi, valuti e pianifici il piano sanitario.

Però di questi tempi c'è il Covid 19, anche se sai e sei formato per trattare tutti i pazienti come potenziali portatori di patologie trasmissibili! Ora c'è lui, il Covid 19 e allora ci PENSI : pare che viva

nell'aerosol per tre o quattro ore, ... sembra che soggiacendo sulle superfici riesca a trovare substrati consoni al suo habitat, si può attaccare alle suole delle scarpe ed accompagnarli ovunque, sembra essere sempre pronto a trovare una via per raggiungere il suo albergo a cinque stelle ...i tuoi polmoni.

Gigi, infermiere del Suem



"Angels" Franco Rivalli Courtesy Image l'ortista

COME SE PERDESSI UN PEZZETTINO DELLA MIA VITA

Amo il mio lavoro, la cura verso le persone in particolare la cura del loro corpo. Oggi ne abbiamo perso un altro. Dopo mezz'ora di rianimazione e fiale di adrenalina come fossero missili per attivare quel cuore, visivamente fermo. Ci arrendiamo. Ancora una volta ci fermiamo davanti alla grandezza della morte, contro la quale ti senti inerme e ogni tuo tentativo fallisce. Prepariamo ed accarezziamo quel che resta, un corpo. Un'anima a cui dire addio.

Bella, grazie rianimazione. Per tutto ciò che ad ogni turno mi insegni. Ma ad ogni vita persa è come se perdessi anche un pezzettino della mia.

Lisa, infermiera Rianimazione

LA PRIMAVERA VA AVANTI

Due notti di lavoro alle spalle, faccio un respiro e catturo dentro ai polmoni tutta l'aria che posso...

Al lavoro i turni sono impegnativi, l'aria a volte viene a mancare, il sudore scende lungo la schiena sotto il camice di plastica impermeabile, la pelle del viso è segnata dalla mascherina rigida, sembra di ri-aspirare all'infinito l'aria che tu stesso hai espirato. Ti senti costretto, accaldato, in gabbia.... Quando entri in sala un'altra realtà si apre, quasi fosse tutti la prima squadra approdata sulla Luna. "Ciao ma tu chi sei?" Sento una voce alle spalle! A volte lavori con colleghi di altri reparti che non hai mai visto prima, amica volte riesci a immaginare la faccia

di un membro del tuo reparto sotto quella mascherina. Non riesci a vedere il viso delle persone che lavorano con te, non un sorriso, non una faccia arrabbiata o triste. Lo puoi immaginare dallo sguardo, dalle zampe di gallina che si formano quando una persona ride.

In sala si respira un'aria pesante, le persone che noi assistiamo le sentiamo presenti come fantasmi con i loro vissuti, soffrono. Quello che più mi pesa è che soffrono sola, a volte muoiono sole. Muoiono stringendo la nostra mano, quella di un operatore che ha dato tutto per sette ore, e a volte si trova sconfitto di fronte a tutto questo. Sotto quei due guanti che ci separano c'è il nostro calore, ci siamo con tutti noi stessi. Altre volte però la vita ci sfugge e noi abbiamo neanche il tempo di accorgercene... attimi di tensione, concentrazione, grande attenzione e dispiacere... come un mare in tempesta, anche se a volte ci si rende conto che i primi segnali di quello che sarebbe successo li avevamo avuti qualche ora prima ... altre volte ancora il tutto si conclude con un "arrivederci in bocca a lupo" e in quei casi ci si sente pieni di vita.

Il turno finisce, a volte con un sospiro di sollievo, altre con una battuta del tuo compagno di squadra , che per fortuna fanno dimenticare la fatica! Gli occhi riposati e carichi dei colleghi che ti danno il cambio ti fanno ben sperare. Tu esci, ti spogli, mai è stato così liberatorio togliere il camice, togliere la mascherina e ricominciare a respirare di nuovo e cerchi di lasciare in quel camice un po' di sofferenza che ora appartiene alla tua anima. Osservo finalmente i volti stanchi dei colleghi con cui hai lavorato, vecchi e nuovi. Rimango stupita a volte. Non immagino fosse così, che bel sorriso, sembra quasi di giocare a "indovina chi".

Ti lavi e finalmente, puoi respirare di nuovo. La Primavera va avanti, che meraviglia. Con questa quiete lungo la strada pare che la natura si riappropri della propria casa... Spero tanto rimanga indelebile la non invincibilità dell'essere umano: noi siamo piccoli di fronte alla grandezza del Mondo che ci ospita.... Dobbiamo apprezzare ogni giorno i piccoli gesti, la bellezza della condivisione e dello stare in famiglia, farsi meravigliare da un bacio come da un fiore che sboccia. Questo voglio tenere stretto a me.

La riscoperta in questo trabumsto.

Elisa, infermiera Rianimazione



**ORDINE DELLE
PROFESSIONI
INFERMIERISTICHE**
PROVINCIA DI VENEZIA



Piazzale Leonardo da Vinci, 8 scala F
VENEZIA - Mestre
041.5055951

www.opivenezia.it
ordine@opivenezia.it

Sarà l'Ordine delle Professioni Infermieristiche di Venezia a far pubblicare il testo nella pagina precedente.

** Sono molti i progetti che in questo periodo nascono e che hanno le persone e le loro storie come protagonisti. Nel progetto della Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari (AR) e della Società Italiana di Medicina Narrativa, SIMEN, le narrazioni diventano co-costruzione dell'esperienza e quindi ricerca che consente di non far sparire dai nostri orizzonti di senso le nostre voci e il nostro Esserci in questo "nonostante tutto".*



SCRIVERE DI SÉ AI TEMPI DEL CORONAVIRUS


LIBERA UNIVERSITÀ DELL'AUTOBIOGRAFIA DI ANGIARI

In che "mondo" vorresti trovarti dopo questa crisi?
Se vuoi lo possiamo reinventare ... insieme!

La Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari
raccolge
lettere, pensieri, post e fotografie
che raccontino come
bambini, ragazzi, adulti e anziani
stanno vivendo questa emergenza.


Invia il tuo scritto a: caraluatiscrivo@gmail.com

1) SCRIVERE DI SÉ AI TEMPI DEL CORONAVIRUS (#caraluatiscrivo)

 Società Italiana di Medicin...
2.965 likes

Liked Sign Up

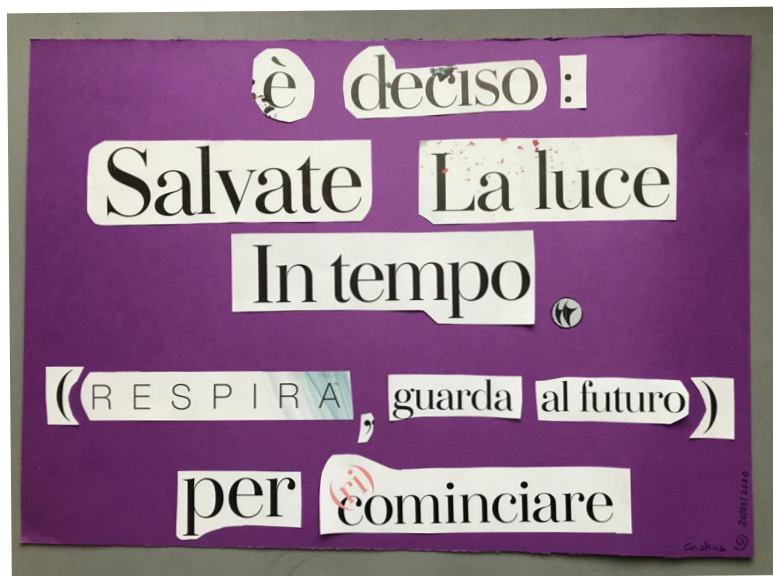
"R-esistere" è una parola che frequentemente in questo periodo ci ritroviamo a sentire... R-esistere è un invito a non mollare
R-esistere insieme per essere più uniti e forti di prima
R-esistere respirando
R-esistere ricordando
R-esistere per lasciare una traccia, un ricordo, uno spazio di parole libero per tutti noi. ...
[See More](#)



** Intanto lì fuori, nel silenzio delle strade private delle auto e trasformate in mute assenze grigie, tutto continuava anche senza di Noi...*



** Un altro modo di narrarsi e far nascere poesia dalle virtuali macerie, è il metodo del caviardage. C.M. mi onora di questa condivisione e non vedo miglior messaggio con cui terminare questo viaggio nel nonostante tutto... che sia Luce... che sia Respiro per RICOMINCIARE.*





Da **200** anni ci prendiamo cura di voi.
IN OGNI SITUAZIONE.

12 | 05 | 2020 GIORNATA INTERNAZIONALE
 DELL'INFERMIERE

Grazie di cuore a tutti gli infermieri che in questo momento particolarmente delicato continuano a fare la differenza. Ogni giorno.

*... Da "soli" 200 anni
 ci prendiamo CURA di VOI.*

** Concludiamo con una lettera che la Presidente dell'OPI di Venezia ha voluto inviare ad ogni iscritto. La lettera è un inizio di relazione perché l'altro che legge, diventa testimone di ciò che sentiamo nei suoi confronti. Non è così ovvio spiegare questo, non è proprio mai ovvio spiegare e raccontare. Con una lettera ci mettiamo in una condizione di apertura e colmiamo i vuoti. Con una lettera, riconosciamo e ringraziamo nel silenzio della pagina pronto ad accogliere chi ascolta.*



12 maggio 2020 Giornata Internazionale dell'Infermiere

“Carissime/Carissimi

Il 12 maggio 2020 Giornata Internazionale dell'Infermiere, quest'anno assume significati speciali e al quanto preziosi per la nostra professione, dati dall'emergenza che stiamo vivendo e dal fatto che venga a coincidere con l'Anno Mondiale degli Infermieri proclamato dall'OMS e con il Bicentenario della nascita di Florence Nightingale.

Avevamo in programma per questa tripla ricorrenza una giornata di festa, condivisione, riflessione e promozione

della cultura infermieristica, da fare nelle piazze con i cittadini e la comunità tutta. Non potevamo però proprio noi infermieri, creare luoghi di assembramento, pertanto festeggeremo comunque, solo con modalità diverse. Sarà una giornata ricca di eventi da seguire sul web e sui social per esserci sempre, narrarci e rivelare un nuovo senso di “Noi” infermieri attraverso il raccontare che è anche un raccontarsi!

Per celebrare degnamente la giornata, l'OPI di Venezia ha prodotto un video in memoria di Florence Nightingale, figura emblematica per la nostra professione che con perseveranza, studio continuo e grande intuizione ha gettato le basi dell'infermieristica moderna.

Una donna speciale a cui l'Italia è fiera di avere dato i natali e proprio dai suoi due lunghi viaggi nel nostro Paese, ha tratto spunti essenziali per la sua formazione etica, culturale e professionale. Venezia è una delle città che ha avuto l'onore di ospitarla nel 1838, durante un viaggio per i suoi diciotto anni. Florence rimane piacevolmente colpita da questa città che la stupisce tanto da scrivere alla nonna quanto segue: “... siamo a Venezia ora, una curiosa città, che è costruita nel mezzo del mare che qui chiamano laguna”.

Queste righe sono state evocative per ispirarci a realizzare il breve filmato a Venezia, tra calli e ponti, tra campi e campielli, dentro la magnifica Scuola Grande di San Marco e l'Ospedale dei S.S. Giovanni e Paolo, preziosi gioielli di Arte e ammirevoli esempi di cura e attenzione umana.

Abbiamo deciso di accompagnare il video con un testo interpretato da una voce narrante fuori campo. Poche righe, originate da un'affermazione potente di Florence

che è appunto quella che “l’assistenza è un’arte; e se deve essere realizzata come un’arte, richiede devozione totale” Basta questa frase per far comprendere che la nostra professione non è determinata dall’eroismo, ma da questa forma di devozione insita nella scelta di essere infermiere. Il testo, come la figura di Florence, prende forma dal passo, un passo che non teme, ma incalza e ci accompagna attraverso il gesto di cura. Come Florence, abbiamo scelto di “incalzare il passo” in un tutto che è la Vita, ma che è anche il mistero della Morte che tanto ci ha toccato in questi ultimi mesi e ci ha fatto scoprire “fragilmente forti” in un equilibrio dell’Essere e Saper Essere⁵.

Questa nostra giornata riconosciuta a livello mondiale e istituzionale, oggi ci insegna più che mai che la Storia è una lezione che ha sempre qualcosa da insegnare a chi vuol imparare con spirito aperto e curioso, proprio come quella giovane donna che arrivò a Venezia dalla lontana Inghilterra il 12 maggio del 1838.

La mia speranza sincera è di potervi trasmettere tutto questo attraverso il video, che vedremo⁶ e che celebra il 12 maggio 2020.

Buona GIORNATA DELL’INFERMIERE A TUTTI...

*La Presidente dell’Ordine Professionale
degli Infermieri di Venezia*

Marina Bottacin

5) A seguire il testo integrale di Sabina Ferro, *Florence’s Memories*.

6) Il video è disponibile nel canale YouTube OPI Venezia all’indirizzo <https://youtu.be/JqmOgMdO6EM>



FLORENCE'S MEMORIES

*Incalza il passo
in questo suo essere discreta presenza nei tempi andati
in questo suo essere, del quotidiano,
necessaria essenza.*

*Incalza il passo
nell'illuminato suo gesto di cura
come piccola ostinata potenza,
che germoglia nel Presente
in scelta di vita.*

*Incalza il passo
e si delinea l'assistenza come Arte,
aurora di orizzonti dischiusi
che illumina l'umana sofferenza.*

*Incalza il passo
e la mano accoglie, consola e incontra
l'attimo colmo dello stare presso l'Altro
la cui Cura è anche Cura di me.*

*Gesto del piegarsi
bellezza delicata nel corpo che si reclina
nel ricevere per donarsi
nel reciproco solidale incontro del Domani.*

*Incalza il passo
nel lume che ricerca
la Speranza che
nel “nonostante tutto”
ci sia il Tutto,
della Vita e del suo Mistero:
luce di un passaggio
Arte di un secolare equilibrio
tra Essere e saper Essere.
Lo sguardo nell’esprimersi
chiede, sospira e si lascia cader
nella riga di parole non dette,
di saperi centenari
che vanno abitati
da un uomo del Sentire
la cui Arte è Cura.*

*Sabina Ferro
Venezia, 2 marzo 2020*

Biografia di Sabina Ferro



Sabina Ferro è formatrice esperta in Medicina Narrativa e consulente autobiografica. Ha conseguito la laurea magistrale in Filosofia, Teoretica, Arte e Comunicazione lavorando come infermiera. In seguito è iniziato il suo approfondimento riguardo l'Educazione degli Adulti, in particolare della scrittura autobiografica come dispositivo formativo, e dell'uso delle Medical Humanities e della Medicina Narrativa.

Formatasi come consulente autobiografico presso la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari di Duccio Demetrio, nel 2019 ha deciso di lasciare la professione infermieristica per dedicarsi alla Cura attraverso la Medicina Narrativa e nel 2020 ha conseguito l'attestato di **“Facilitatrice di Laboratori di Medicina Narrativa”** rilasciato dalla Società Italiana di Medicina Narrativa (SIMeN). In seguito si è specializzata attraverso percorsi della Fondazione Istud Business School di Milano, **“I linguaggi della Cura: tra Arte e Medicina”**, i percorsi della SIMeN e i laboratori di Medicina Narrativa on line indetti dalla Columbia University.

Dal 2007 si occupa, inoltre, di Laboratori di Scrittura Autobiografica e di Medicina Narrativa iniziati grazie all'Unitre di Mogliano Veneto (TV) oltre ad essere stata docente di Medicina Narrativa e Scrittura Autobiografica nei vari corsi dell'Azienda Ospedaliera Aulss3 e presso il Centro Regionale Oncologico (CRO) di Aviano (PN); per Associazioni di Volontari e nei laboratori presso il corso di Laurea Infermieristica con sede a Mestre e Treviso.

Dal 2017 ha avviato e conduce attualmente gli incontri di Medicina Narrativa e Scrittura Autobiografica, per operatori sanitari, pazienti e familiari al Museo L. Bailo di Treviso dal titolo “**ARTE E CURA**” e “**Abitare con Arte la Cura**”: I percorsi originano dal modello proposto per i programmi di formazione in Medicina Narrativa della Columbia University di New York della dott.ssa Rita Charon, fondatrice della pratica.

Nell'estate 2020 è stata responsabile del progetto “Riscoprirsi nella bellezza e della sua conduzione per promuovere la Medicina Narrativa e la Scrittura autobiografica,” inseriti nell’ambito della manifestazione comunale “l’Arte di sentirsi bene”, con sede presso i Musei Civici.

Nell’anno in corso ha collaborato come docente ai Laboratori di Scrittura Autobiografica e Medicina Narrativa on line per la Scuola di scrittura autobiografica, “Il Portolano” dal titolo “**Farmacia delle Parole**” e per il corso di **Specializzazione al sostegno** del Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia Applicata (FISPPA) dell’Università di Padova.

Frammenti di vita come le foto in copertina, raccontati da infermieri e medici in prima linea e da Noi tutti, che della prima linea abbiamo respirato inquietudini e incertezze.

Pagine per evidenziare aspetti comuni e oscillanti come la Paura e la Speranza.

Scritture, parole, poesie, disegni e foto che ci raccontano e raccontano questo progetto nato per caso e poi diventato un progetto in collaborazione con l'Ordine delle Professioni Infermieristiche della provincia di Venezia, la Società Italiana di Medicina Narrativa e la Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari.

Un lavoro di Tutti e per Tutti, d'impegno e dedizione, tenacia e fiducia che il Passato va capito per vivere il Presente e progettare il Futuro.