

UMANITÀ ALLA PROVA

Raccolta di testimonianze e riflessioni
dei volontari Lilt durante la pandemia del 2020



Opera di Lilt Milano Monza Brianza
a cura di Federico Regalia



Prima edizione 2021

UMANITÀ ALLA PROVA

Raccolta di testimonianze e riflessioni
dei volontari Lilt durante la pandemia del 2020

Opera a cura di Federico Regalia

INDICE

Prefazione	7
Introduzione	9
Un lungo fiume tranquillo	15
L'importanza di oggi	16
Preziosi momenti di coesione	17
Io resto a Casa	18
Il cammino incessante	20
La rosa dei venti	21
Sguardo in avanti	22
La speranza	24
Fiori che meritano la luce	25
Elogio alla lentezza al tempo del Covid-19	26
Semplice volontaria	28
Ti odio Covid-19	29
Continuiamo a parlare	30
Tenere cara la vita degli altri	31
Contatti amari	32
Resilienza	34
Prendiamo esempio	35
Lettera ai forti	36
Lettera nel silenzio	37
Emozioni che scorrono	38
Più fragili che mai	39
Distingueremo l'importante?	40
Scaldandoci da lontano	41
Non ci si salva da soli	42
Mi mancate	43
Mamme	44
Tornerà?	44

Il sole attraverso l'acqua gelida	46
Rinunce e ritrovamenti	47
Accetto le regole	48
Ponti nuovi	49
Ora che anche rincontrarsi fa paura	53
Ti racconto una storia	54
La felicità da ritrovare	61
Nessuno è un'isola	63
Come porcospini al freddo	64
Dopo il pieno, il vuoto	66
Case di ringhiera	68
Vedrai, Covid	70
Nostalgia e desiderio di donare speranza	71
La vetta	74
Speriamo di imparare	76
La forza della vita	77
Passeggeri del mondo	79
I pazienti insegnano	80
Il tempo sospeso	81
L'attesa è più della speranza	83
Le margherite	84
La voglia di farcela	85
Il desiderio di riprendere	86
La giornata è tornata bella	88
Conosco barche	90
Un nuovo libro	92
Inaspettata fragilità	93
Il regalo del tempo	94
Ringraziamenti	97
Crediti immagini	99

PREFAZIONE



Ascoltare, abbracciare, accompagnare.

Comincia con la prima lettera dell'alfabeto la missione dei volontari di LILT, che sono cuore, braccia e orecchie della nostra Associazione. Volontari in oncologia che formiamo con passione da quasi 40 anni e di cui andiamo molto fieri. Donne e uomini capaci di leggere i bisogni dei malati e di dare loro risposte, sempre con il sorriso sulle labbra. La pandemia ha cambiato tante cose, anche gli elementi fondamentali dell'essere volontari. Il Covid ha imposto la distanza tra persone che quella distanza sanno cancellare al primo sguardo.

Prima l'immobilità del lockdown e poi la lenta ripresa verso una nuova normalità che lascia tutte le barriere alzate: pugnetti anziché abbracci, mascherine al posto dei sorrisi e plexiglass tra i sedili delle auto. Chi ha scelto di essere al servizio dei pazienti oncologici, però, non si è arreso all'emergenza e ha trovato nuove forme e strumenti per ridurre le distanze. La penna è uno di questi.

In questa pubblicazione è raccolta solo una selezione dei quasi 200 pensieri che i nostri volontari hanno scritto durante il lockdown del 2020 e che abbiamo valorizzato in un libro multimediale. Le voci e le illustrazioni danno calore e colore alle emozioni che riempiono queste pagine.

Purtroppo, la pandemia non è ancora finita nel momento in cui pubblichiamo il volume. E questo conferisce una nuova missione a queste parole, ancora preziose per infondere forza e affetto a tutti i malati che le leggeranno.

“Adesso fa più paura il virus che non il cancro”, scrive Adriana. Proprio per questo, il vostro ruolo di angeli custodi dei pazienti oncologici oggi è più importante di ieri. Il tumore miete più vittime del Covid ed è nostro compito, compito di tutta la LILT, continuare a combattere contro questa malattia, permettendo a chi è malato di curarsi, sempre e comunque.

Concludo ringraziando i volontari per il grande dono di queste riflessioni e l'amico Giangiacomo Schiavi per avere valorizzato, nell'introduzione che segue, la profonda umanità che esprimono.

Marco Alloisio

Presidente LILT Milano Monza Brianza

INTRODUZIONE

Se c'è qualcosa che emerge con forza dal buio della pandemia è il valore del bene, come antidoto agli egoismi della società del rancore.

Aiutare chi è in difficoltà e mettere in moto percorsi di rinascita come fanno i volontari è una lezione di civismo che andrebbe insegnata nelle scuole, perché l'assistenza ripagata dalla gratitudine, la timida ricompensa di chi non possiede nulla, come la definiva Emily Dickinson, è un capitale da proteggere e incentivare.

Nei mesi del lockdown e anche dopo, abbiamo tutti avuto la sensazione di un brusco altolà: quello che ci è stato dato nella vita, all'improvviso può esserci tolto. Dentro questa sensazione di fragilità e di impotenza si colloca il racconto di chi è abituato a lavorare per gli altri e a offrire il proprio tempo in un reparto d'ospedale, in un ambulatorio medico, in una sala d'aspetto dove è facile perdersi.

È così che si registra un'offerta di senso: noi ci siamo, non ci siamo mai arresi, possiamo lenire qualche sofferenza e dare voce a chi non ha voce. Presto potremo dire: finalmente siamo tornati.

Ci sono parole di speranza e di coraggio nelle testimonianze raccolte tra i volontari della LILT, messaggi di condivisione e di responsabilità che fanno dire con orgoglio: meno male che c'è qualcuno che irrobustisce con generosità la pianta dell'altruismo, qualcuno che anche da una zattera insicura e traballante si impegna per portare a riva chi sta per annegare.

Non è facile essere volontari della speranza. Qualcuno nei mesi più duri del Covid si è sentito solo nel deserto di luoghi e relazioni, circondato dalle ombre della morte che arrivavano la sera con i bollettini dei tg. Qualcun altro è rimasto in trincea, e si è scontrato con le regole che impedivano i contatti, cercando di rendersi utile senza compromettere la sicurezza degli altri. Per molti la pandemia è stata una sorta di viaggio, nei propri vissuti e nella memoria, con la necessità di riflettere sui momenti passati insieme a qualcuno, per condividere gioie, dolori, passioni, inquietudini, preoccupazioni, sogni, timidezza e solitudine.

Un viaggio, come quello del dottor Borg nel “Posto delle fragole” di Ingmar Bergman, che arrivato a una tappa importante dell’esistenza è chiamato a fare il bilancio di una vita in apparenza di successo, ma segnata da un vuoto profondo: la mancanza di umanità.

A cosa valgono mille trofei se non c’è una restituzione del poco o tanto che si è ricevuto? Ecco, la lezione dei volontari della LILT: offrire qualcosa per il bene degli altri. Siamo tutti sulla stessa barca, scrive una di loro, come Ulisse verso Itaca lontana. Se nel viaggio riusciremo ad essere più umani, saremo anche donne e uomini migliori.

Giangiacomo Schiavi

Editorialista Corriere della Sera



LIBRO DIGITALE

È possibile ascoltare le testimonianze cliccando sul pulsante presente in ciascuna pagina.

UMANITÀ ALLA PROVA



UN LUNGO FIUME TRANQUILLO

Riflettevo che, mentre percorriamo la nostra vita, talvolta ad alcuni essa appare come un lungo fiume, apparentemente tranquillo e magari noioso, senza rendersi conto di quanto siamo fortunati e di come tutto potrebbe svanire da un momento all'altro.

Ma quando a un certo punto del suo fluire, improvvisamente, per un eccesso d'acqua questo fiume esonda e distrugge tutto attorno a sé, ci costringe a rivedere quanto abbiamo costruito fino a quel momento, facendo cadere tutte le nostre certezze, le nostre sicurezze.



Ed è lì che veniamo messi alla prova, emergono i nostri limiti, le nostre fragilità di esseri umani o magari la nostra forza.

Questo non significa che ci dobbiamo abbattere, anzi! Pur nella piena consapevolezza della tragedia che stiamo vivendo e delle ripercussioni future che certamente avremo, dobbiamo fare di tutto per rimanere in equilibrio, per il nostro bene e per il bene di coloro che amiamo e ci circondano, per essere d'aiuto!

Grazia

L' IMPORTANZA DI OGGI

Una piccola riflessione scaturita dalla lettura di un brano tratto da "Per chi suona la campana" di Ernest Hemingway, che cita:

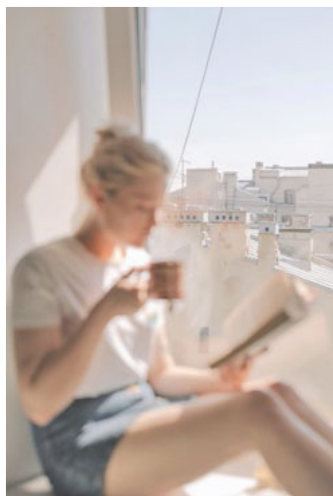
Oggi non è che un giorno qualunque di tutti i giorni che verranno, ma ciò che farai, in tutti i giorni che verranno, dipende da quello che farai oggi...

Credo che questo pensiero in questo momento sia più che mai attuale. È vero che tutto dipende dalle nostre azioni, anche nel nostro volontariato ritrovo questo concetto ma soprattutto ora il nostro "stare a casa" è il fulcro del nostro domani.

Nadia

PREZIOSI MOMENTI DI COESIONE

In questo momento le parole sembrano avere perso ogni significato, ma in tanta tristezza vedere questa Milano che si dà appuntamento ai balconi o alle finestre, che applaude i medici e paramedici, che canta, che ha voglia di ritrovarsi, crea un bellissimo senso di appartenenza alla nostra città, alla nostra Lombardia, a tutta la nostra Italia, così colpita.



Per pochi minuti siamo tutti uniti, cerchiamo di non dimenticare questi bellissimi momenti di coesione.

Piera

IO RESTO A CASA

È una bella giornata di primavera ma, come ormai da molti giorni, non si può uscire. Andare sul balcone mi dà gioia.

È pieno di fiori gialli, bianchi, rosa e contrastano con l'azzurro del cielo, il rosso della cupola della chiesa di fronte e gli alberi fioriti nella piazza sottostante. Com'è bella oggi la Milano che vedo e in lontananza intravedo pure le cime bianche delle montagne.

Un senso di solitudine, dovuto al silenzio delle strade vuote, mi fa sentire persa nel tempo, forse fuori dal tempo, in bilico tra sogno e realtà. Eppure questo silenzio e solitudine li abbiamo accettati con compostezza e sobrietà pur di vincere un nemico che non ci saremmo mai immaginati, che naviga nell'aria che respiriamo e si annida nelle persone a noi care e in quelle che avviciniamo.

Eppure, mai come adesso, abbiamo imparato ad amare gli altri, a sentire il bisogno di incontrarsi, scambiarsi affetto e compagnia, condividere gioie e dolori con umanità e sobrietà. L'abbraccio corale, a distanza, in cui ci ritroviamo oggi, commuove e ci fa sentire uniti: tutti sulla stessa barca.

Il logo del *Progetto Ulisse*, che per anni ha dato supporto informativo e psicologico ai pazienti oncologici, era stato creato in base ai suggerimenti dei pazienti stessi dell'Istituto Tumori ed esprime bene i sentimenti dei malati ed ora di tutta l'umanità.

Si vede una barca in balia di un mare in burrasca e nel cielo vi sono delle stelle che guidano i naviganti verso un porto sicuro con la luce all'orizzonte. In questo momento buio anche noi aspettiamo la luce e la liberazione per poter tornare alla nostra vita. Sarà un ritorno difficile, pieno di incognite, di cambiamenti. Ci vorrà coraggio, determinazione e capacità e anche noi volontari potremo finalmente dire "siamo tornati".

Questa è la mia speranza: poter rivedere la mia seconda famiglia, la *LILT*, e la mia seconda casa, l'*Istituto Tumori*, dove ho trascorso metà della mia vita.



Marta

IL CAMMINO INCESSANTE

Nonostante tutto non sono particolarmente preoccupata per la malattia, se mi trovo ad affrontare eventi di una certa rilevanza mi impongo di essere concreta - me lo diceva sempre mio marito:

"Quando si verificano situazioni difficili non si può fare altro che affrontarle cercando soluzioni per superarle."

Io ho una fiducia sconfinata nella scienza - il progresso della medicina è continuo e inarrestabile. In altre epoche non sono mancate tragedie di ogni tipo ma la storia ci insegna che il cammino dell'uomo procede sempre e comunque.

L'impegno incessante dei ricercatori porterà a trovare una cura anche in questo caso, è necessario però che il cittadino faccia la sua parte.



Naturalmente - e non da oggi - è immenso il senso di gratitudine per tutto il personale impegnato nel settore sanitario al quale affidiamo la nostra vita e quella dei nostri cari. Ritengo che siamo sempre in debito nei loro confronti, la loro dedizione è impagabile.

La commozione mi prende sempre quando penso a certe cose, è il segnale che mi devo fermare, se fossi lì non vorrei che mi vedeste piangere.

Cristina

LA ROSA DEI VENTI

Seneca era solito ripetere:

"Non esiste vento favorevole per il marinaio che non sa dove andare."

...restiamo a casa.

Luigi

SGUARDO IN AVANTI

Mi mancano i nostri bimbi, il loro sorriso, i loro occhi a volte sorridenti e a volte con le lacrime.

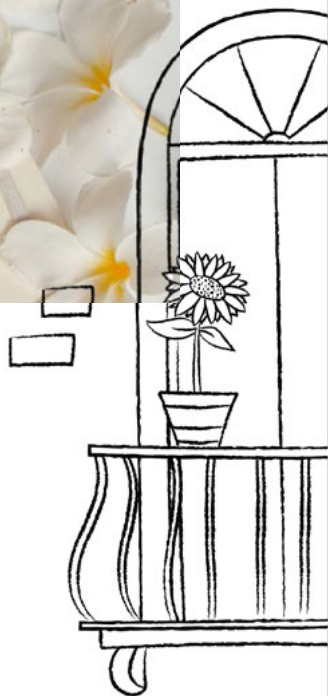
Mi sono soffermata sul mio volontariato e scopro con gioia che non sono sola ma sento che nel mio cuore... voi ci siete.

Vi porgo il mio affetto e mi considero fortunata di avervi incontrate. Ora più che mai continuerò con maggior impegno questo magnifico cammino.

Enza



Sei qui o non ci sei più?



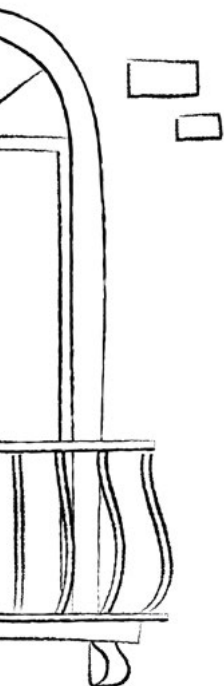
LA SPERANZA

Oggi sul mio terrazzo
è esploso il profumo del gelsomino
e una farfalla bianca
si è librata solitaria nel vento.

Tutto è avvolto in un silenzio inquietante
niente suoni di clacson o scampanello di bici e campane.
Non sento tristezza nell'animo
perché sono scaldata dai raggi del sole.

Ma sento nell'aria echeggiare i battiti del mio cuore.
Guardo lontano
vorrei vedere attraverso le nuvole
trapassare con lo sguardo l'arcobaleno
per sapere come sarà il nostro domani.

Gabriella



FIORI CHE MERITANO LA LUCE

Il pensiero di oggi è per il mio piccolo girasole, che sto coltivando sul balconcino di casa.

Da giorni è aperto un bellissimo fiorellone, ma da ieri s'è destato anche un secondo fiorellino, più piccolo e quasi nascosto da quello grande.

Sboccia il piccolo fiore del futuro, da far crescere con innaffiature, ma soprattutto con amore.

Come la nostra Italia, che è stata onorata dal sacrificio indimenticabile dei nostri Angeli della corsia mentre infuriava la tempesta, e che ora ha bisogno dell'operosità e delle piccole cose della gente comune, per poter ricominciare a vivere davvero.

Piccoli gesti di gentilezza e amore. La nostra Italia non ha bisogno di eroi, ma di tante persone normali che le vogliano bene.



Solo così il fiorellino diventerà grande e sarà vanto e orgoglio per noi che siamo andati oltre. Solo così onoreremo al meglio il sacrificio di chi ha donato la sua vita per proteggere la nostra.

Christian

ELOGIO ALLA LENTEZZA AL TEMPO DEL COVID-19

In questo periodo, la vita quotidiana della maggior parte delle persone, risulta sconvolta rispetto alla normalità precedente e il mio pensiero va a tutti quelli, già gravati da tanti problemi personali, che ora sono costretti a vivere con ulteriore angoscia la calamità provocata da questo virus.

Per chi, come me, non ha grossi problemi a stare a casa, non resta altro da fare che organizzare al meglio e positivamente le lunghe ore a disposizione senza cedere alla noia ...

Qualcuno, per rendere più lieve il peso di questo strano periodo, ci ricorda che ai nostri nonni fu richiesto di andare in guerra per *fare l'Italia* mentre a noi è richiesto di stare sdraiati sul divano per *salvare l'Italia*. Sono d'accordo su tutto eccetto quello di stare sdraiati sul divano perché si possono fare tante cose, fra l'altro senza alcuna fretta, avendo a disposizione tutto il tempo che vogliamo.

Le cose che ho in mente di fare in questo periodo sono tante e per sfruttare al massimo il tempo a disposizione metto, ogni sera, la sveglia alle 6.30 del mattino. Faccio mezz'ora di ginnastica sul tappeto e poi un'ora di cyclette ascoltando nel frattempo musica e notizie alla radio.

Riprendo in mano libri che non sono mai riuscito a leggere fino in fondo, ascolto le mie musiche preferite e faccio altre piccole attività comprese quelle dedicate alla cura del corpo che bruciano le ore della giornata.

Alla fine di questo periodo ritornerò alla vita normale in perfetta forma psico-fisica.

Che poi è l'augurio che faccio a tutti: resistere, resistere, resistere!

Antonio



SEMPLICE VOLONTARIA

In sedici anni di volontariato ho capito che l'importanza di una missione è quella di tentare di alleviare i disagi del mio prossimo e a maggior ragione dei più deboli ed esposti agli effetti di un male terribile.

Ritengo che dobbiamo - con la nostra forza di volontà e soprattutto con la nostra completa solidarietà - aiutare chi ha bisogno; infondere loro quella serenità indispensabile ad attenuare le paure e la disperazione.

Il nostro compito è questo.

Mi condiziona nel morale, in questo particolare momento di pandemia, il fatto di non poter proseguire la missione che mi ero preposta, ma conto di riuscire a tornare a essere quello che avevo sognato già nel 2004, quando ho iniziato questo percorso.

Vorrei esprimere ai nostri splendidi medici e ai meravigliosi infermieri un attestato di stima, che rivolgo anche alle mie care colleghe - che considero più che amiche - per l'impegno sul campo. Sono orgogliosa di appartenere alla LILT.

Una semplice volontaria,

Renza

Il nostro compito è questo.

TI ODIIO COVID-19

Ti odio COVID-19.

Ti odio non solo per tutti quei dolori che ci stai causando, sia fisici che morali, nonostante tutti gli sforzi che stanno facendo quegli eroi che si chiamano medici, infermieri, operatori sanitari, volontari, forze dell'ordine.

Ma ti odio ancora di più perché mi fai sentire un codardo che se ne sta tranquillo a casa mentre ai miei pazienti non riesco a dare più quei pochi momenti di svago, come potevo fare prima, mentre li accompagnavo da casa alle terapie, con solo qualche occhiata di sentita partecipazione o un sorriso o con un silenzio molto più parlante di ogni stupida frase.

Ti odio perché mi hai tolto la possibilità di incontrarli ancora e ancora, proprio loro che mi hanno fatto toccare con mano un mondo che prima immaginavo soltanto vagamente.

Loro ai quali ho voluto sempre molto bene e che, ne sono convintissimo, ne volevano anche a me.

Ti odio, ma allo stesso tempo mi fai pena perché non sai che non ci arrenderemo mai e che il pericolo e le sofferenze globali ci rendono ancora più forti e che ti sconfiggeremo senza pietà.

Carissimi pazienti abbiate anche voi fiducia, stringete ancora un pò i denti perché, ne sono certissimo, fra pochissimo ci potremo ancora riabbracciare stretti stretti.

Andrea

CONTINUIAMO A PARLARE

Quella chiacchierata, anche se veloce, in ufficio, nei corridoi degli ospedali che abbiamo dovuto sospendere, può essere continuata con questi mezzi - telefoni, computer, piattaforme - soprattutto ora che non ci sentiamo né ci vediamo più. Può essere un segno di continuità.

In questo momento un po' buio...

Giovanna

TENERE CARA LA VITA DEGLI ALTRI

“Stiamo a casa”. Spesso dico queste parole, ma con un groppo alla gola.

L'abitudine di stare vicino a chi sta soffrendo mi porta a pensare: come si può stare a casa quando ci sono persone che aspettano una solidarietà fattiva nei loro momenti così fragili?

Eppure questa è la realtà, il nostro stare a casa significa anche non creare problemi e tenere cara la vita degli altri e la propria.

Il nostro volontariato ci porta ad essere positivi e così deve essere: questa tragica esperienza ci fa capire come sia davvero importante, anzi vitale, essere insieme, condividere, non sempre criticare, ma mettere tutte le nostre energie a favore di tutti. Dobbiamo guardare un pochino lontano ma... tutto andrà bene!

Anna

CONTATTI AMARI

Io sto vivendo giorni molto duri. Vivo a Milano, ma lavoro a Piacenza. Mentre a tutti viene chiesto di restare a casa, io non posso.

Ogni mattina mi sveglio e mi dedico a ciò che ho deciso di essere. Sono un Assistente Sanitario e lavoro presso il Dipartimento di Prevenzione - U.O. *Malattie infettive*.

Ho sempre avuto una grande difficoltà a spiegare la mia figura professionale: non siamo infermieri, non siamo oss, non ci dedichiamo all'assistenza degli ammalati. Ci occupiamo di prevenzione, promozione ed educazione alla salute.

Dal primo istante siamo partiti effettuando tamponi a domicilio e provvedendo all'isolamento dei positivi. Ogni tampone positivo, è un *nuovo caso*. Per noi *nuovo caso* significa “*indagine epidemiologica*”, ovvero ricostruire una probabile catena di trasmissione.

Nel corso dell'indagine non possiamo permetterci errori, perché tralasciare qualcosa significherebbe rischiare di creare un secondo caso correlato, esporre ad un pericolo una persona che fino a quel momento era sana.

Non possiamo permetterci errori.

Ogni giorno cerchiamo, attraverso la sorveglianza attiva, di chiamare ogni contatto di un caso positivo per capire se presenta sintomi e se sta rispettando l'isolamento.

...Sono dei giorni molto duri.

I miei colleghi ed io siamo pochi rispetto ai positivi che ogni giorno dobbiamo contattare.

Molto spesso, quando chiamiamo i contatti asintomatici, ci riferiscono che hanno iniziato a presentare i primi sintomi, a volte con un quadro clinico già ben marcato e severo.

Ci scontriamo con i decessi e la difficoltà nel comunicare ai familiari del defunto che non possono partecipare al funerale.

Cerchiamo ogni giorno di arginare sempre di più questa epidemia. A volte, prevale lo sconforto, perché sembra esserci qualcosa più grande di noi...

però non ci arrendiamo.

Troviamo il modo di rialzarci, aiutandoci a vicenda verso un nemico comune.

Sono certa che tutto questo finirà e non vedo l'ora di ricominciare.

Elena

RESILIENZA

Miei piccoli e grandi amici, mamme, papà e nonni meravigliosi con i quali condivido i miei giovedì da sedici anni. Voglio raggiungervi con le mie parole, in questo momento difficile in cui non possiamo stare insieme.

Così facendo mi sembra di vedervi, parlarvi, sorridervi come faccio sempre, siete sempre nei miei pensieri.

Penso al vostro cuore gonfio di sentimenti, di paure, di incertezze, di ansia, di difficoltà. Vi mando il mio conforto, la mia energia, la più forte e positiva, le mie preghiere affinché possiate farne scorta. Siate forti, coraggiosi e resilienti come sempre, me lo avete insegnato voi. Ridiamo, piangiamo come facciamo sempre, ma facciamolo insieme! Perché solo così saremo vicini e più forti.

Andrà tutto bene. Io vi tengo al sicuro nel cuore dove custodisco gelosamente i momenti passati insieme e il privilegio che sento di poter condividere il tempo con voi, anche adesso a distanza. Vi abbraccio tutti, miei guerrieri: non si molla mai!

Con affetto e forza sempre...

Delia

PRENDIAMO ESEMPIO

I pazienti che ho incontrato in questi anni nelle stanze e nei corridoi dell'Istituto dei Tumori mi hanno sempre commossa per la loro dignità e la loro forza nell'affrontare la malattia. Sono fiduciosa che troveranno la stessa energia e speranza nel superare anche questa pandemia che ha colpito il mondo intero.

Combattenti coraggiosi. Non vedo l'ora di poter tornare a sostenervi nel mio piccolo nel vostro percorso. Mai mollare e mai arrendersi - ma questo lo sapete già molto bene. La forza può essere d'esempio per molti.

Federica





LETTERA AI FORTI

Carissimi pazienti,

È vero, siete un po' più soli da quando non veniamo più a trovarvi, però io vi conosco e so di quali risorse siete dotati... siete colmi di coraggio, tenacia e positività e grazie a tutte queste qualità ce la farete come ce la faremo tutti.

Non vedo l'ora di riabbracciarvi.

Christina

LETTERA NEL SILENZIO

Carissimo, carissima,

Vorrei essere accanto a te.
In questo momento più che mai.

Vorrei poterti portare un sorriso, una carezza,
stringerti la mano e chiederti come stai.
Vorrei sedermi vicino a te, ascoltare i tuoi pen-
sieri, i tuoi ricordi...
Vorrei poter conoscere le persone che ami, abbrac-
ciarle e abbracciare te.

Fino a qualche mese fa tutto questo era possibile.
Era una parte del mio tempo e della mia vita che
amavo molto, che mi ha infinitamente arricchito.
Mi mancate, mi manca lo scambio che passava
tra i nostri cuori attraverso le parole e tante volte
anche attraverso i silenzi.

Posso solo stare accanto a voi ora con il mio pen-
siero e queste parole che vorrei riuscissero a farvi
sentire abbracciati.
Non siete soli.
Anche nell'invisibile l'amore c'è.

Marinella

EMOZIONI CHE SCORRONO

Mi vergogno un po' a esternare le mie emozioni considerando il triste momento che tutti stiamo vivendo. Sono addolorata per tutte le persone morte da sole, senza una carezza, un abbraccio, una parola affettuosa, il calore dei propri cari.

Mi immedesimo nei familiari e penso che sia straziante non poter accudire, stare vicini, dire addio ai propri cari, non poterli seppellire come si deve. Le immagini delle bare portate via da Bergamo dai mezzi dell'esercito fanno molto male e penso che rimarranno sempre vive nei nostri ricordi. Penso ai nostri pazienti più soli che mai. Chissà come saranno spaventati loro che già lottano contro un male che fa così tanta paura.

Io sono una persona empatica, mi è facile comunicare con un abbraccio, con un sorriso, con un bacio, con una carezza, attraverso uno sguardo. Il fiume di emozioni che scorrono è indescrivibile, arrivano direttamente al cuore e ci rimangono.

Francesca

PIÙ FRAGILI CHE MAI



Sentirci vicini anche se lontani, noi che facciamo parte di una squadra compatta e unita da un unico obiettivo, è di fondamentale importanza.

Stiamo attraversando una fase tragica, che nessuno di noi si aspettava, convinti di poter essere immuni dalle pestilenze dei secoli scorsi.

Per noi volontari non poter essere presenti sul campo in un momento in cui potremmo dare il meglio di noi ci svuota. Non poter fare nulla di utile è una sofferenza quasi fisica.

Stiamo vicini, nella convinzione che ne usciremo rafforzati e più consci delle nostre fragilità.

Laura



ASCOLTA L'AUDIO



DISTINGUEREMO L'IMPORTANTE?

Il 7 marzo ho compiuto due anni di volontariato alla LILT e tutto pensavo ma non di festeggiarli in questo modo.

Mi mancate, insieme alla mia vita di prima e a tutte le persone, gli amici, gli affetti che non posso vedere e abbracciare.

Tutto questo in qualche modo finirà e ci ritroveremo diversi e spero migliori, capaci di distinguere finalmente ciò che è davvero importante della vita.

Elisabetta C.

SCALDANDOCI DA LONTANO



È vero, in questo periodo, i contatti sono virtuali eppure riescono a farci sentire vicini.

Ognuno di noi può fare qualche cosa nei confronti di chi è ancora più solo o bisognoso o lontano - basta una telefonata, un sms...

Sono piccoli gesti che però scaldano il cuore.

Lucia



NON CI SI SALVA DA SOLI

In questi giorni di isolamento "fisico", le connessioni con il mondo esterno stanno diventando sempre più importanti e rinforzano il senso di appartenenza e di vicinanza. Siete una delle mie "famiglie"!

Le giornate sono molto piene anche *in cattività* e alcune attività sono gratificanti, come il prendermi cura della mia famiglia o cercare di far sentire la mia vicinanza a chi ne ha più bisogno o semplicemente rinforzando rapporti di amicizia con telefonate più frequenti.

È proprio vero, come ha detto il Papa, che non ci si salva da soli.

Ci stiamo aiutando un po' tutti come possiamo per superare questo momento difficile. Ci si dimentica un po' dei propri bisogni e si è più propensi a condividere rinforzando le relazioni, che danno il vero senso alle nostre vite.

La sospensione dall'attività in ospedale mi crea una sorta di "vuoto" difficile da colmare.

Mi mancano gli "appuntamenti" con alcuni pazienti che ho seguito in vari ricoveri, mi piacerebbe avere loro notizie e fargli sapere che li penso. Ora che ci sentiamo tutti più fragili forse ci sentiamo ancora più vicini.



Mi manca il senso di “pesantezza” con cui a volte affronto l'entrata in ospedale e la “leggerezza” che provo quando alla fine del mio turno mi rendo conto di aver fatto degli incontri che mi hanno profondamente arricchita o di aver dato un piccolo contributo positivo alla giornata di qualche paziente...



Silvia

MI MANCATE



Mi manca molto il mio volontariato e mi mancano moltissimo tutte le persone con le quali intratte-nevo conversazioni nell'attesa che, sedute davanti a me, nel corridoio dell'ecografia o in sala d'attesa della Tac, aspettavano con agitazione e ansia il momento della loro visita!

Cercavo di intrattenerli e per ognuno di loro avevo argomenti che potessero interessarli e forse anche distrarli in quei minuti che sembravano interminabili!

Mi riempiva il cuore il loro grazie. Grazie per la sua presenza! Grazie per essere attenta con il suo sguardo a ognuno di noi! Grazie per il suo sorriso! La speranza è di un ritorno sereno al nostro gratificante impegno d'amore.

Nives

MAMME

Ogni giorno che passa aumenta la nostalgia. Mi manca veramente tanto il contatto umano con tutte le persone che ho incontrato all'interno dell'Istituto dei Tumori, è stato veramente un dono grande che la vita mi ha fatto. L'ho sempre pensato, ma ora che mi manca lo sento ancora più prezioso.

Spero che quando questo sconquasso ci avrà lasciato, potrò tornare ad abbracciare le mie mamme della pediatria che conservo tutte nel cuore.

In questo momento cerco di reagire, però la realtà che stiamo vivendo mi fa sentire proprio *vecchietta*.

Fiorella



TORNERÀ?

L'ultima volta che ci siamo viste eravamo ancora nella "normalità": la riunione di gruppo, i tuoi passaggi alla nostra postazione, il tavolino del cup centrale, quando il nostro modello di volontariato e la nostra attività per cercare di aiutare i pazienti erano basati su un comportamento assimilato negli anni, tramandato "da volontaria in volontaria".



Il corso per i nuovi volontari... ed ecco è arrivato COVID 19, la pandemia. E ci ha travolti tutti, istintivamente. A casa da un lato mi sento protetta: la mia famiglia è con me e le persone a me care mi sono vicine, in tutti i modi possibili. Dall'altra parte sono profondamente confusa e ho paura. Paura di questo virus dirompente, assolutamente, ma ancora di più al pensiero del futuro.

Mi manca tantissimo il volontariato, la possibilità di offrire un'accoglienza affettuosa, premurosa e sorridente a chi entra in Istituto, di poter essere di aiuto e di ricevere in cambio un abbraccio, un bacio, un buffetto sulla mano, una parola gentile, uno sguardo che ti alleggerisce il cuore... che ne sarà di tutto questo? Tornerà?

Quando usciremo dal periodo di emergenza, finché non avremo un vaccino, come si declinerà la nostra vita e il nostro essere volontarie?

Mi sento un po' persa, e la speranza è una fiammella che in questo momento vacilla e fatica a illuminarmi.

Elisabetta G.



IL SOLE ATTRAVERSO L'ACQUA GELIDA

Questo virus è crudele, ti ruba il tempo, la socialità, a volte gli affetti e la vita stessa.

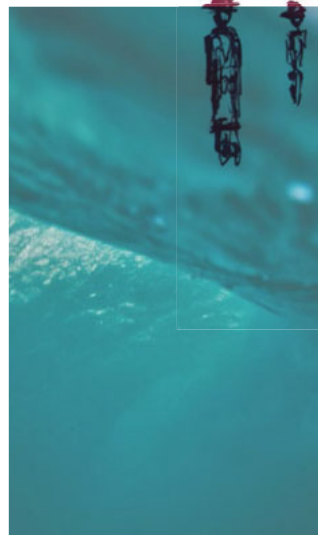
Stiamo così come nel quadro di Magritte, sospesi e distanti...

Sono molto triste.

Per fortuna ci sono anche raggi di sole nell'acqua gelida, voi per esempio.

Chissà quando riprenderemo i nostri incontri.

Lucetta



RINUNCE E RITROVAMENTI

Mi sono svegliata presto stamattina e aprendo la finestra che dà su un ampio giardino ben curato ho notato che parecchi uccellini scorrazzavano felici dal cespuglio di rose al mantello erboso del prato.

Non li avevo mai visti prima: una novità di questa primavera drammatica che ci regala cieli blu cobalto con nuvole alla Magritte.

La natura ci vuole ricompensare con queste pennellate lunghe nell'azzurro, di tutte quelle cose e abitudini a cui abbiamo dovuto rinunciare.

La pandemia ci ha rubato tanti sogni e sicurezze, ci ha rubato soprattutto persone splendide della nostra città, del nostro paese.

Con mio marito alla sera uscivamo spesso, fin troppo: cinema, teatro, il Conservatorio, la Filarmonica e poi cene con gli amici, gite in montagna... ora niente di tutto questo.

Piuttosto è stato un tempo di riflessione, di relazioni ritrovate, di sensibilità solidale sperimentata con chi è più debole e fragile.

Da lungo tempo non scrivevo poesie, e così sono tornata a comporre e ne ho tratto grande gioia. La clausura di questi mesi mi ha insegnato a stare sola con me stessa e a godere delle piccole cose.

Gabriella



ACCETTO LE REGOLE

Io vivo questo periodo come un momento doloroso pensando sia alle persone che hanno perso un loro caro sia a chi ha incertezza rispetto al mantenimento del posto di lavoro.

Quello che mi aiuta a seguire le regole stringenti che ci sono state date è il pensare che limitando le uscite allo stretto indispensabile si aiutano le persone fragili e il personale sanitario tutto che è ora particolarmente sotto pressione.

Sarebbe triste, anzi disumano, se fosse solo la paura di un'ammenda a farmi rispettare le regole.

Come aiuto reciproco mi sento anche impegnata a mantenere i contatti, anche solo telefonicamente, con le persone amiche di più o meno lunga data.

In attesa di rivederci e di riprendere il cammino iniziato con voi.

Cristina

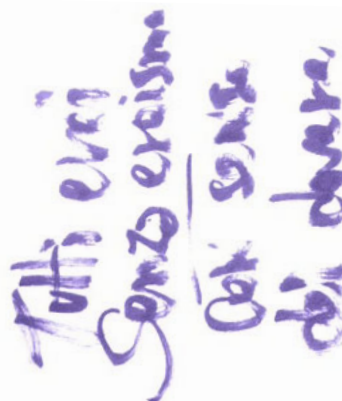
PONTI NUOVI

Sono al lavoro, in sede, insieme a molti colleghi, ognuno di noi fisicamente solo e connesso agli altri dalla tanto contestata tecnologia.

Qua si continua a produrre nel tentativo di mantenere in piedi posti di lavoro, famiglie, economia vera - niente finanza né speculazioni - senza eroismi, con senso del dovere.

Viviamo di parole: prevenzione e misure per il contrasto e il contenimento della diffusione e intanto continua a mancarci la percezione del nemico invisibile, il virus.

Ma non mancano i fatti, quelli del nostro prossimo, lui sì in carne e ossa e cuore: il familiare, l'amico, il collega, il vicino, l'operatore sanitario, lo studente, il medico, il corriere, il volontario, il giornalista, l'attore, tutti uguali, tutti spaventati, alcuni si rinchiudono, alcuni combattono in prima linea e in mezzo gli altri.



Tutti erici
Senza ericismo
Con senso
del dovere

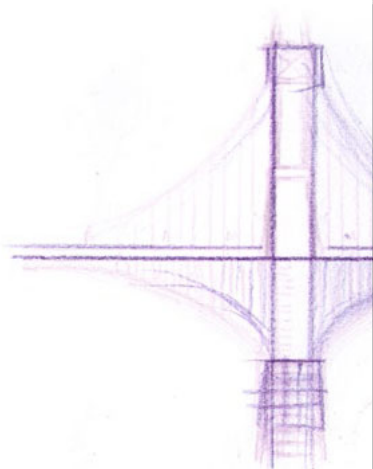


Ho pensato: io non resto a casa e non andrà tutto bene: tanti, troppi, oggi stanno combattendo con la malattia e con la morte, non sono più libera, tutti ci stiamo impegnando a salvare tutti, perché anche i bambini, i ragazzi, i giovani chiusi in casa sono eroici perché mettere in pausa la vita è un gesto di eccezionale generosità.

Ma io non resto a casa, chiamata alla presenza sul posto di lavoro mi sento di poter dare un piccolo contributo e mi sento serena.

Ho pensato, leggendo un messaggio stamattina, che se nessuno è un'isola, allora sarò un ponte, sarò un ponte di collegamento tra il vuoto e la normalità.

Questo è il momento di costruire ponti, sono ponti virtuali, ponti che assomigliano all'arcobaleno disegnato dai piccoli, sono telefonate, sono email,

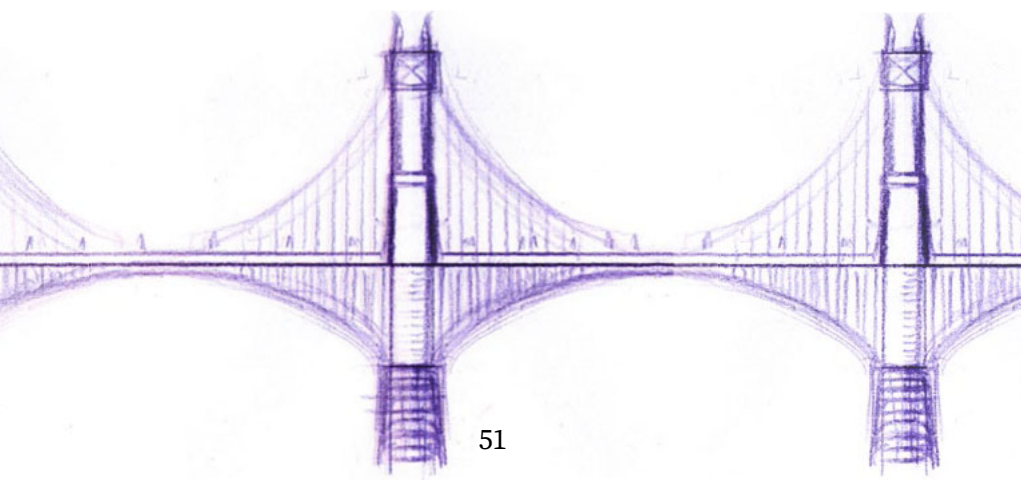


sono chat e gruppi online e benedetta tecnologia che ci fa stare insieme e che ci fa ancora ridere, e benedetta mia figlia che mi dà lezioni su come utilizzare le app e diventare social, almeno un po'.

Così ieri sera con il mio fantastico gruppo di Runners a riposo ci siamo dati appuntamento per un aperitivo a distanza e ci siamo scambiati le foto dei fiori che sbocciano sul balcone, e dal quel balcone ho imparato che si può anche cantare e applaudire in flashmob, mi credi?

La vita va avanti con un nuovo strano ritmo lento che mi aiuta a pensare a tutto quello che amo e a breve sarà primavera e... andrà tutto bene.

Patrizia





ORA CHE ANCHE RINCONTRARSI FA PAURA



Credo che tutti noi in questo lungo periodo di quarantena abbiamo avuto modo di confrontarci con la paura della malattia ma anche con la paura di ritrovare le persone con cui prima ci si abbracciava, con cui si scambiava le idee, i nostri amici, senza quel "metro" e quella mascherina, che ora sono diventate una barriera.

In questo momento sembra che la paura abbia quasi annientato la voglia di rivederci.
Ciascuno di noi viaggia tristemente in una bolla di sapone, fragilissima.
Quando tutto finirà, e auguriamoci presto, quanto sarà la forza e il coraggio che ci aiuteranno a ritrovare il nostro nuovo equilibrio?

Abbiamo comunque una grande certezza: ciascuno di noi si completa con l'amicizia, la fiducia e l'amore per gli altri. Quindi... riprenderemo da dove siamo rimasti.

Piera

TI RACCONTO UNA STORIA



Bambino mio,

ti voglio raccontare una storia di tanto tempo fa, quando tu non eri ancora nato ed io una giovane donna che si affacciava alla vita, piena di speranze, sicurezze, certezze, che mi venivano dal mondo *“apparentemente sano”* che mi circondava.

Un bel lavoro che mi portava in giro per il mondo, a confrontarmi con culture, storie, tradizioni diverse, a immergermi in una natura bella, selvaggia, sovrana, ma anche troppo *addomesticata dall'uomo* che cominciava a ribellarsi, a lanciare messaggi a noi esseri umani...

Perché non abbiamo voluto ascoltarli?

Perché non abbiamo saputo e voluto fermarci in tempo?

Chissà se i tuoi libri di scuola racconteranno di "Come era la vita ai tempi del Corona Virus" che come un cataclisma ha colpito il mondo intero all'inizio del 2020.

Con gli amici ci parlavamo al telefono ed eravamo sicuri che alla fine ci avremmo tutti riso sopra, tirando un grande sospiro di sollievo.

Sapevamo che sarebbero tornati i tempi in cui l'unica cosa contagiosa era una risata e che avremmo detto - *te lo ricordi il Coronavirus?*

Ti ricordi quell'11 Marzo 2020? Le strade vuote, le scuole, i negozi, le chiese, le fabbriche chiuse.

La gente usciva, con le mascherine e i guanti, solo per andare al supermercato o in farmacia. Le forze dell'ordine sorvegliavano gli ingressi delle nostre città, delle stazioni e degli aeroporti. La nostra quotidianità sconvolta, la libertà di movimento negata, gli incontri vietati.

Non ci si poteva nemmeno vedere, abbracciare, stringere la mano, baciare, camminare insieme per le strade di sempre.

Una vita in sospenso, in quarantena, per combattere un piccolissimo virus, il Covid 19. Un nemico oscuro, subdolo, mortale, che ci ha colti tutti di sorpresa, all'improvviso, impreparati, fragili, vulnerabili, increduli che stesse capitando proprio a noi. La Cina, da dove tutto era iniziato, sembrava così lontana ma un aereo lo aveva portato anche dentro le nostre case gettandoci nella paura più totale e nella solitudine a cui non eravamo abituati.

Il mondo aveva trovato il modo di prendersi finalmente una pausa dalle borse, dalla finanza, dalle beghe di una politica corrotta, dalle nostre vite frenetiche basate molto sull'apparire e poco sull'essere.

Una pausa dalla nostra mancanza di rispetto per la natura e l'ambiente, sacrificati sempre e comunque, alle logiche dei profitti e del benessere materiale. Tutte le nostre certezze crollate dalla sera alla mattina.





Il senso di smarrimento che ci portava ad aver bisogno di parole di cura, di profondità, di amicizia, di relazioni purtroppo lontane. Tanto tempo a disposizione.

Il nostro tempo, di cui avevamo perso il valore e che non sapevamo come impiegare dentro casa perché abituati ad utilizzarlo solo per il guadagno e la carriera.

Il cataclisma era arrivato anche da noi, investendoci in modo virulento, senza tregua e respiro, senza che avessimo apparentemente àncore di salvezza a cui aggrapparci.

In un momento ci siamo trovati ad essere il popolo degli untori, il popolo che trasmette il virus, il popolo da bloccare alle frontiere vicine e lontane perché indesiderato e discriminato, nostro malgrado.

Rifiutati anche se ricchi occidentali, anche se manager che viaggiavano in business class, anche se turisti allegri, simpatici e spendaccioni che davano buone mance.



Che cosa vorrei venisse ricordato e scritto nei libri di storia di questo periodo sospeso della nostra nazione?

Un paese che non ha mai abbassato la testa e che, ancora una volta, ha dimostrato di saper dare il meglio di sé proprio nelle grandi calamità.

1
2
Medici e infermieri che hanno stretto i denti sotto le mascherine, ancora capaci di un sorriso a un paziente anche dopo un turno massacrante, che non hanno mai potuto né voluto fermarsi, anche se consapevoli del grande pericolo, e circondati dalla paura del contagio da un ambiente che non era più il loro ospedale ma una trincea.

È loro che vorrei ricordare: i soldati in prima linea. Quei soldati che ci hanno lanciato messaggi attraverso le porte sigillate delle terapie intensive. “State a casa, state a casa”; non vanificate il nostro lavoro. I soldati che hanno rischiato quotidianamente la vita affinché la nostra continuasse.

3
Il personale operativo del 118, della protezione civile, delle forze dell'ordine, dei supermercati, delle farmacie. I tanti volontari che hanno risposto sì alla chiamata del paese e fatto miracoli. Gli Alpini che senza clamori o feste di inaugurazione hanno messo in piedi ospedali da campo con terapie intensive a tempi di record impensabili nel nostro paese fatto di troppa burocrazia, cavilli legali e mazzette.

Vorrei ricordare i nostri cari nonni, memoria storica del nostro paese. Un'intera generazione di anziani che ha vissuto la guerra e dato tanto al nostro paese, morta nel silenzio, nella solitudine, senza il conforto di un familiare accanto, senza una carezza se non quella dell'infermiera di turno. Avvolti in un lenzuolo e portati via mestamente su camion dell'esercito.



Vorrei che venissero ricordati i tanti paesi che ci hanno dato una mano con solidarietà e generosità mandando i loro medici, infermieri e personale specializzato nelle grandi epidemie. Ma anche tutti quei paesi della nostra bella Europa, unita solo sulla carta bollata ma separata da troppi e forti interessi individuali.

Vorrei che l'Italia venisse ricordata come un paese che si è inventato mille cose per uscire dall'immobilità, dal silenzio, dalla solitudine, per adattarsi al cambiamento delle nostre vite: canti e concerti sui balconi delle case, imprese riconvertite alla produzione di materiale necessario negli ospedali, inventori incredibili, tanta gente comune che si raccontava sui social e che faceva la propria parte "restando a casa".

Tanti italiani per bene, pieni di risorse, ingegnosi e pieni di talento che ci hanno dimostrato che noi non siamo solo calcio, pizza o tarantella: un'Italia grande, unica, fantastica, che il mondo intero ci invidia.

Ti vorrei infine raccontare quale è stato il momento più emozionante che ho visto e vissuto durante la mia quarantena.

Papa Francesco stanco e traballante sui suoi passi, apparentemente solo, in una Piazza San Pietro vuota che, incurante della pioggia, abbracciando il Crocefisso con semplicità e fede, pregava il suo e nostro Dio di non lasciarci da soli in balia della tempesta.

Un uomo che ha saputo parlare anche senza parole, un rivoluzionario all'interno della Chiesa che ha saputo e voluto riunire una sera l'umanità intera, da un capo all'altro del pianeta per condividere con cattolici, ebrei, protestanti, musulmani, induisti, buddisti, la stessa preghiera pur nelle nostre differenze di religione, cultura e storia; tutti uguali sotto lo stesso cielo nella stessa barca. Ci ha chiamati a remare tutti insieme, perché tutti bisognosi di aiuto e consapevoli che da soli non ce l'avremmo potuta fare.

Io ho ascoltato in silenzio, il rumore del silenzio in quella grande piazza vuota ma piena della sua presenza, della sua umanità, dei suoi semplici gesti, delle forti vibrazioni che riusciva a trasmettere. Ho vissuto emozioni forti che custodisco ancora in fondo al cuore.

Mary

LA FELICITÀ DA RITROVARE

Come ci si sente? Mi vengono in mente le parole di Francesca a Dante:

*E quella a me: "Nessun maggior dolore
che ricordarsi del tempo felice
ne la miseria; e ciò sa 'l tuo dottore."*

Quando senti che la tua libertà è limitata, che devi fermarti perché magari, pur volendo far del bene, potresti addirittura portare il contagio a chi ami, quando non fai qualcosa perché non puoi e non perché non vuoi... allora pensi con nostalgia a quello che avevi e che forse non sapevi di avere.

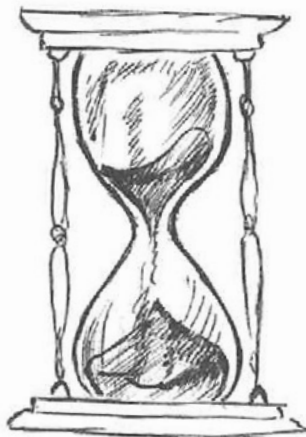
Dovremmo ricordarci di più chi siamo, e chi ha dato la sua vita per donarci la libertà che ora rimpiangiamo.

Artisti e scienziati, patrioti e patriote, la cui eredità ci rende una luce nel mondo e un esempio per numerose altre genti.

Anche questo è un tempo prezioso, per quanto diverso da come desidereremmo che fosse, e va vissuto e valorizzato fino in fondo. Anche reinventandosi stando a casa. L'unico, vero peccato potrebbe essere sprecarlo, rendere vano il nostro vivere, e anche rubare il tempo degli altri con azioni dettate solo dall'egoismo.

Il tempo è la sola risorsa che, se sprecata, nessuno ci ridarà mai.

Christian



NESSUNO È UN'ISOLA

Eravamo interdipendenti, l'uno dall'altro e tutti da ognuno, totalmente. Parlavo con il compagno davanti, con quello dietro.

Continua a parlare, mantieni il contatto. Fagli coraggio. Ognuno è interdipendente. Nessuno è un'isola.

Non solo dobbiamo arrivare, ma aiutare anche gli altri a farlo, perché non possiamo andare avanti da soli.

Anche se individualmente abbiamo successo, potremmo alla fine fallire perché non abbiamo aiutato altri ad avere successo.

Liliana

Nessuno è un'isola.

COME PORCOSPINI AL FREDDO

“Alcuni porcospini, in una fredda giornata d’inverno, si strinsero vicini per proteggersi, col calore reciproco, dal rimanere assiderati.

Ben presto, però, sentirono le spine reciproche; il dolore li costrinse ad allontanarsi di nuovo l’uno dall’altro.

Quando poi il bisogno di riscaldarsi li portò nuovamente a stare insieme, si ripeté quell’altro malanno di modo che venivano sballottati avanti e indietro fra due mali.

Finché non ebbero trovato una moderata distanza reciproca, che rappresentava per loro la migliore posizione. (...)

Siamo noi, i porcospini. Facciamo fatica, una disperata fatica, a trovare la «giusta distanza» tra noi.

Facciamo prevalere, di volta in volta, la paura delle spine dell’altro o il bisogno di calore umano.

Siamo generosi ed egoisti, aperti o intolleranti, asserragliati nelle nostre paure o disponibili allo scambio. Siamo arroganti o curiosi.

Siamo porcospini. (...) Ora ci conforta sapere, o sperare, che domani tutto tornerà come prima.

Ma non sarà così.



Troveremo un mondo nuovo, carico di sofferenze e di rabbie. Inquieto, incerto, impaurito.



Ora ci ripetiamo, come un mantra, che questo incubo ci renderà migliori, che ci farà ricostruire la vera gerarchia delle priorità della vita, che questo senso di fratellanza che oggi ci lega di balcone in balcone, che ci fa sentire compagni di naufragio, alla fine di tutto non svanirà, resterà con noi.

E ci renderà, in fondo migliori.

È giusto pensarlo e penso accadrà. Ma tutti noi, nel dare forma di parola a una speranza, non abbiamo certezze assolute.

(...) Dovremo ritrovare la «giusta distanza» tra noi, in un panorama che sarà nuovo.»

Il “Dilemma del porcospino” mi ha affascinato e al tempo stesso mi ha riconciliato con quanto già pensavo, quindi ne riprendo atto con interesse. Insomma non cadiamo nella negatività dei fatti, ma pensiamo che certamente la vita deve assolutamente continuare.

Quindi, senza pungerci, la soluzione la dobbiamo trovare, magari con un aiuto esterno da ascoltare con tanta umiltà, ma convinti che #celadobbiamofare.



Pietro

Illustrazione di
Debora Veschi

DOPO IL PIENO, IL VUOTO

Sono tempi di vuoto. Vuote le strade, vuoti i luoghi di aggregazione, vuote le città, vuoti i negozi, vuote le scuole, vuote le chiese, vuote le piazze, vuoti i teatri. Al di là delle situazioni di indigenza, disagio sociale e malattia, per cui il vuoto crea problemi di sopravvivenza, per la maggior parte di noi il vuoto non genera abissi materiali, ma esistenziali.

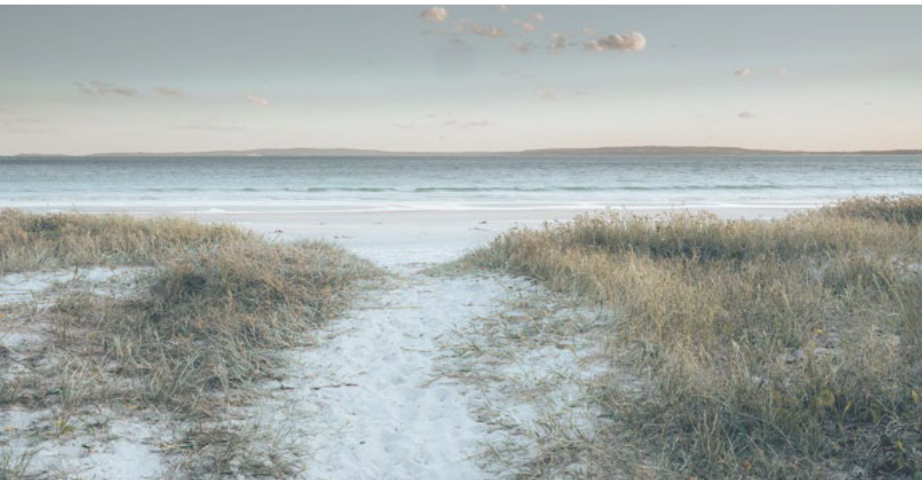
Molte persone soffrono per la solitudine, per l'assenza di relazioni.

In realtà il vuoto forse ci spaventa perché eravamo abituati a vivere una vita troppo piena: piena di impegni, di cose da fare, persone da vedere, commissioni da sbrigare. Cose, cose, cose. Di corsa.

Molti di noi per molto tempo non hanno forse pensato alla possibilità di coltivare il silenzio, l'assenza, il vuoto: forse perché evitiamo una tale sensazione di vertigine, forse perché molti faticano a stare soli con se stessi, forse perché il silenzio fa venire alla luce voci interiori.

Ora il vuoto si è preso la parte che forse gli spetta: in fondo, meno abbiamo bisogno delle cose per stare bene, più siamo liberi.





Questo vuoto quindi ci libera del superfluo, di quello che sembrava indispensabile e non lo è, dei rumori.

Il vuoto è l'apertura, è la nostra finestra su noi stessi, è il varco attraverso cui filtra la luce, è lo spazio infinito.

Il vuoto è la possibilità di una nuova pienezza. Ed è quindi solo attraverso il vuoto che si trova un senso al pieno.

Roberta

CASE DI RINGHIERA

Oggi tante emozioni perché dopo più di due mesi son tornato sul posto di lavoro. Pochi colleghi presenti, silenzio irreale e quell'ufficio - postazione del collega che è morto a marzo per il Covid - a testimoniare che non tutto sarà come prima.

Non sarebbe stato comunque uguale a prima. Oggi il mio pensiero è rivolto al passato, a quei consigli che forse abbiamo dimenticato. Oggi siamo tempestati da quelle raccomandazioni dei virologi: lavate spesso le mani, non toccate naso e bocca con le dita, non state appiccicati tra voi; che forse avevamo già sentito in gran parte dai genitori, se non già dai nonni.

L'immagine che ho in mente oggi è quella di una casa di ringhiera, una di quelle in cui sei assemblato per definizione, con quei lunghi ballatoi che passano davanti agli usci delle abitazioni e poi confluiscono nei grandi archi che, somigliando a bocche di orchi, introducono alle scale di salita o discesa tra un piano e l'altro. E il cortile polveroso, dove i bambini giocano, con le mamme che escono a controllare di tanto in tanto affacciandosi alla ringhiera, vinte dall'amore per le loro creature.

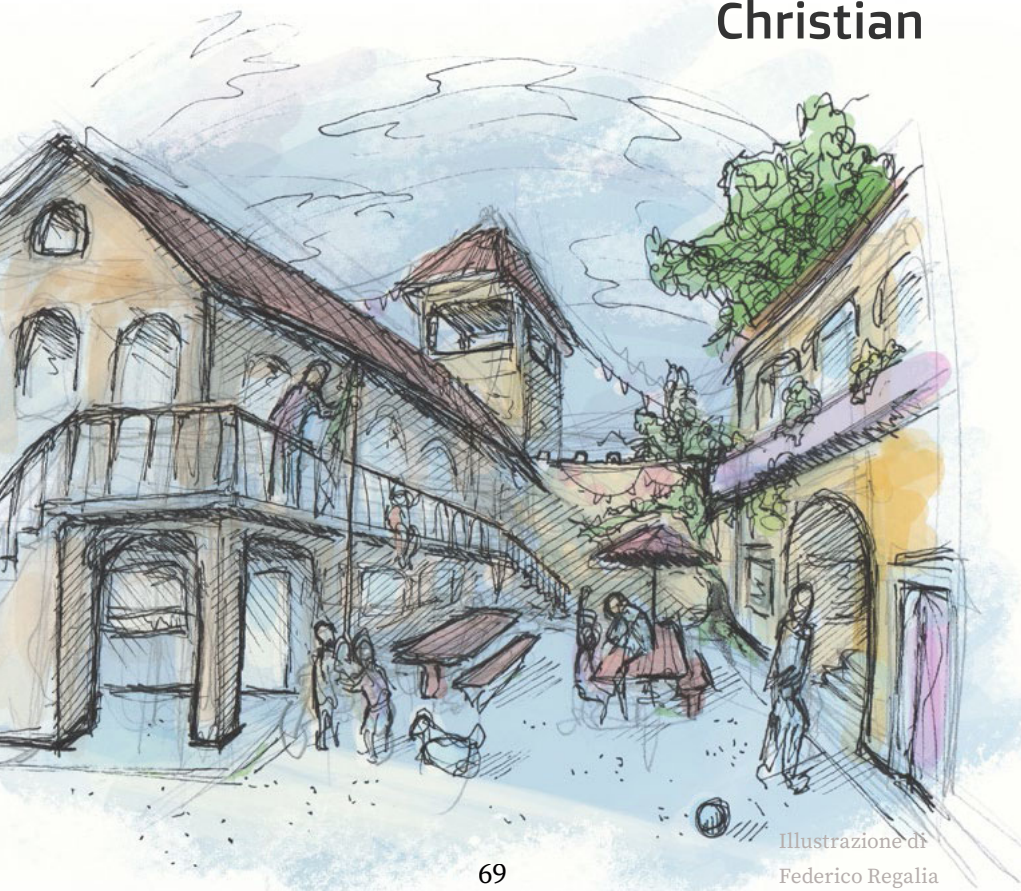
Io non ho mai abitato in una casa di ringhiera: ricordo che in gioventù ebbi l'opportunità di andarci a lavorare con mio padre, per installare l'impianto della televisione.



Quel luogo dava l'idea dell'assembramento, però forse era il luogo dove la gente imparava a vivere insieme per davvero, con amore.

Oggi, pensando al fatto che questo virus ci ha colpito così pesantemente anche perché abbiamo smarrito alcuni di quei valori, non posso che ripensare con ammirazione a quella civiltà e al modo che le persone avevano per vivere insieme. Il nostro futuro è nato su quei ballatoi. Il futuro nasce dal passato! Da un libro impolverato possiamo trarre le regole per la vita in un futuro radioso.

Christian



VEDRAI , COVID



Amici cari scusate se mi avvicino al vostro dolore in modo insolito, inusuale, ma ardo dal desiderio di parlare col nostro comune nemico, il Covid 19.

Vorrei potergli dire: ricorda che nella vita nulla è permanente.

Tutto cambia, tutto passa, tutto passerà.

Noi non conosciamo come né quando ma sappiamo che tutto passerà!

Non pensare di sfuggire a questo destino, tu che sei parte del tutto. È solo questione di tempo, passerà!

E quel giorno tu non ci sarai!

Tornerà la vita, che oggi lotta per non finire.

Tornerà la primavera, sfiorita prima di sbocciare.

Tornerà il silenzio a cancellare il rumore del dolore.

Tornerà la quiete a zittire le paure.

Tornerà la luce del sole a illuminare il cammino.

Torneranno le stelle a indorare il buio della notte.

Torneranno i sogni e il mondo tornerà a sognare.

E quel giorno, tu non ci sarai!

Saranno giorni di festa, di musica e ballo, di bellezza e grazia, stupore e meraviglia, gioia e felicità: giorni in cui tutto tornerà a brillare.

E quel giorno, tu non ci sarai!

Sarà una grande festa. A quella festa ci saremo tutti. Sono certo che questa festa ormai prossima, ci troverà tutti preparati.

Mario

NOSTALGIA E DESIDERIO DI DONARE SPERANZA

Lasciar fluire il nostro pensiero in questo momento ci permette di sentire le nostre emozioni più profonde.

In queste interminabili settimane abbiamo visto la sofferenza devastare il nostro bel paese e tutte le nostre abitudini ed il nostro modo di vivere hanno avuto una brusca e improvvisa pausa.

Improvvisamente tutte quelle che erano le certezze, le abitudini e in nostri collaudati ritmi quotidiani sono saltati.



In questa situazione mi sento inutile, mi piacerebbe fare di più, ritornare al mio volontariato, all'assistenza in ospedale.

Costretta a passare a casa più ore del solito, io che prima uscivo sempre, mi sono ritrovata a cucinare bei pranzetti, a riordinare armadi e librerie, e come tante mie amiche a sfogliare album di vecchie foto per rivedere i nipoti piccoli e teneri e noi stesse più giovani, dinamiche e con chiome fluenti. Che nostalgia vedere le lunghe tavolate ai bagni in riva al mare, cose fino all'anno scorso normali e che ora saranno forse impossibili da realizzare.

Nostalgia per gli incontri del mercoledì per il buraco benefico, delle visite ai musei o dei concerti.

Nessuno schermo può sostituire la presenza e il contatto fisico.

Ma dobbiamo caricarci di coraggio, di creatività, di ottimismo per resistere ancora e affrontare questi giorni ancora difficili.

Ognuno di noi ha una sua fonte privata dove attingere energie positive extra da donare in caso di bisogno a chi è più fragile.

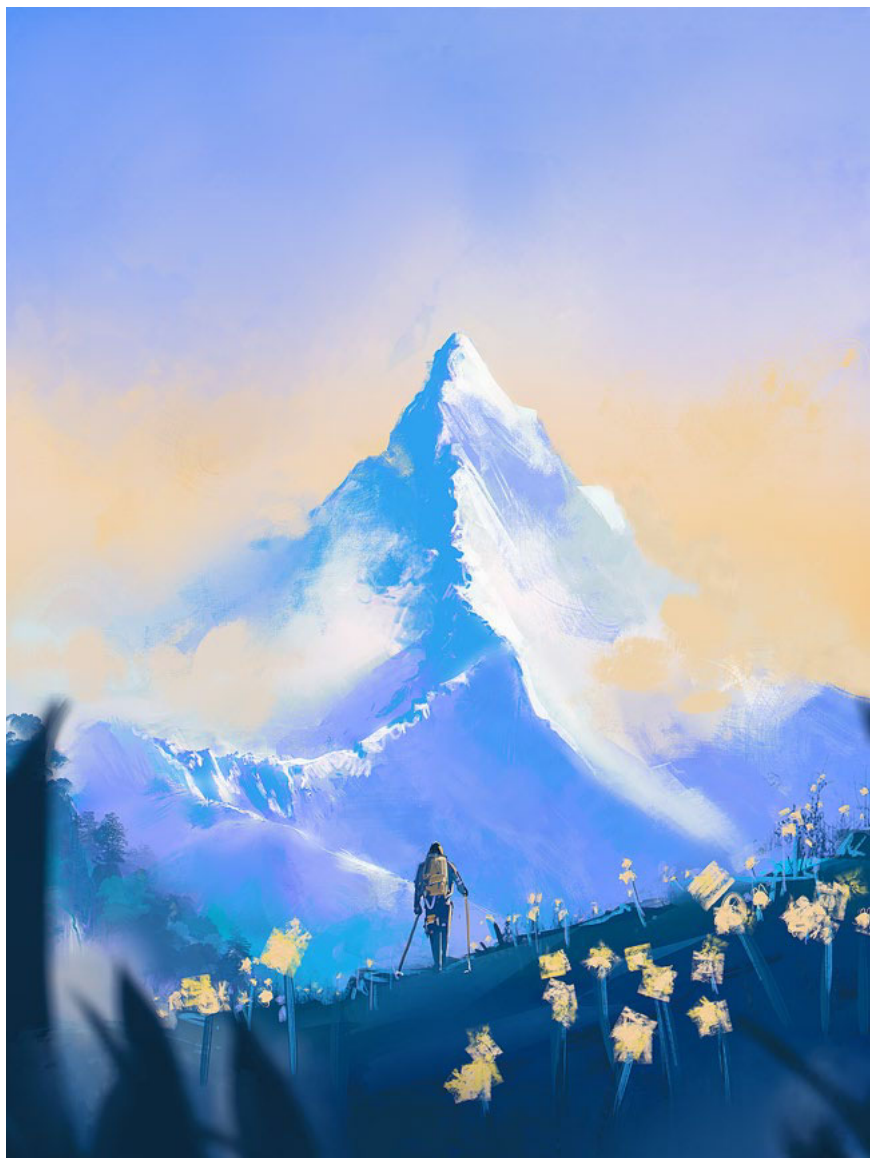
Gabriella



LA VETTA

La salita è ripida e per ora non vediamo nulla ma quando arriveremo in cima godremo di un cielo limpido e di un meraviglioso panorama.

Gabriella



SPERIAMO DI IMPARARE

Come passa il tempo. Come passano i giorni!
Che anche se in questi mesi sono stati tutti più o meno uguali, se ne sono andati.
Si comincia a uscire con giri più lunghi, ci si incontra, per quanto mi riguarda sempre con cautela.

Le mascherine spesso fanno da girocollo, e non solo ai giovani. Ci si assembla sempre con mascherine giù come se nulla fosse successo, come se tutto fosse passato.

No, non funziona ancora così, possibile che una esperienza come questa non ci abbia insegnato nulla? Ciò che vedo in giro mi indispette parecchio.

Io credo che le persone scomparse e il dolore dei loro famigliari debbano essere rispettate e un modo per poterlo fare c'è.
Comportarsi, come ci dicono, affinché la nostra vita e quella degli altri non vengano messe in pericolo, si chiama rispetto.

Piera

RISPETTO

LA FORZA DELLA VITA

Il peggio sembra passato ma come sarà il futuro?
Si troveranno cure, vaccini, il nostro modo di vivere cambierà?

Non vado all'Istituto dei Tumori da molti mesi, adesso fa più paura il virus che non il cancro. Penso molto al mio partecipare, in Istituto, alla vita delle persone che si trovano ad affrontare situazioni che mettono improvvisamente di fronte a realtà inaspettate.

Anche questa che stiamo vivendo adesso è qualcosa di reale, che non avevamo neppure immaginato. Quando venivo in Istituto mi trovavo a confrontarmi con persone che erano state gettate in un mondo sconosciuto, con cui comunque dovevano misurarsi. Ero contenta di poter essere vicina, condividere sgomento e paura, domande che non avevano risposte certe, speranze e forze che prima non sapevano di avere.

Sentivo mie le domande che tutti facevano e tentavo di trovare non dei “perché” ma almeno dei “cosa possiamo fare”, ascoltando persone che nella malattia trovavano forza, valori, capacità di aiutare se stessi e i loro cari. Mi sentivo partecipe nel cercare la forza della vita nell’amore e nell’aiuto reciproco.

Vorrei tornare presto in Istituto, per condividere i “perché” e i “come” affrontare inaspettati sconvolgimenti. Vorrei tornare presto, percepire i sentimenti e la forza delle persone colpite, dei loro cari, dei medici e degli infermieri che si prodigano senza ascoltare le proprie paure e le proprie fatiche.

Adriana

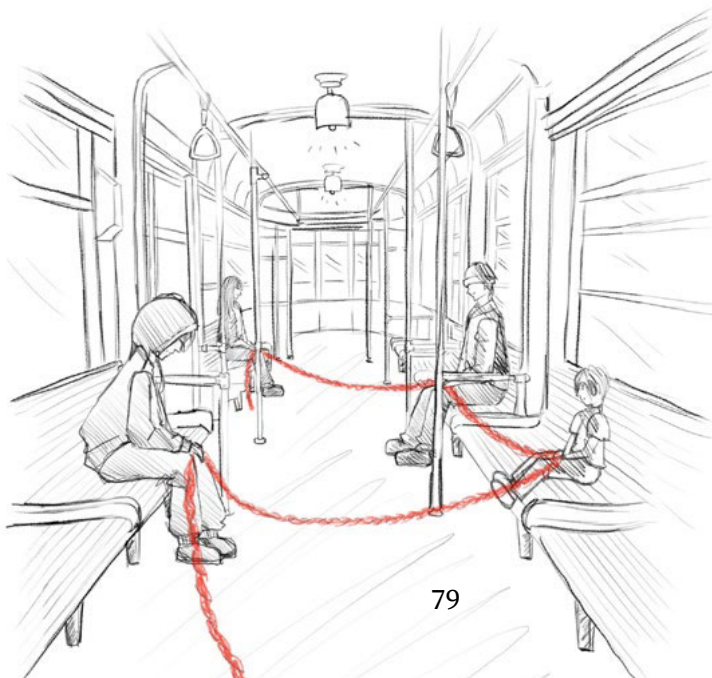
PASSEGGERI DEL MONDO

Passeggeri del mondo
indirizzi sconosciuti
sguardi mai incontrati ma più che mai uniti.

Passeggeri del mondo
sospesi nel vuoto
qualcuno piegato dal dolore, qualcuno dalla paura
in troppi portati via senza neppure una parola.

Guerrieri senza armi contro un nemico crudele
a ciascuno il suo pregare, a ciascuno il suo sperare
Passeggeri di un momento che non si farà dimenticare.
Così lontani e così vicini, uniti da una forza che ci farà rialzare.

Piera





Tutti noi abbiamo paura, è inutile nasconderselo:
paura della morte, paura di lasciare i nostri cari,
paura del dopo... ma dobbiamo affrontarla per non
lasciarci paralizzare.

La paura è lecita ma noi dobbiamo essere capaci di trasformarla in speranza; speranza di un dopo migliore.

Questa paura spesso la vedo negli occhi dei pazienti ricoverati che devono affrontare un intervento, ma in molti di loro, vedo la capacità di trasformare le loro paure in fiducia, speranza, gratitudine e molto spesso trasmettono questa fiducia anche a noi che timidamente ci avviciniamo ai loro letti per un conforto.

Allora in questo momento in cui ognuno di noi si ferma, bisogna saper apprezzare il valore di ogni singolo momento per imparare a gestire le nostre paure, le nostre preoccupazioni, i nostri sguardi, i nostri abbracci, il nostro amore verso noi stessi e verso gli altri in segno di rispetto.

Anche io allora mi fermo per apprezzare il mio tempo, perché nulla è scontato, ma da tutto e tutti posso imparare.

Renata

IL TEMPO SOSPESO

Abbiamo dato al tempo della nostra vita tanti aggettivi, per colorarlo dei significati che la nostra vita ha avuto in quel momento.

Rinnoviamo così i nostri periodi vissuti con colori, suoni, sensazioni che ci fanno scivolare nel tempo, facendoci rivivere in parte le nostre esperienze.

Questo tempo attuale non ci capiterà facilmente di volerlo rivivere: senza colori, senza rumori, tranne che per il suono delle sirene dirette all'ospedale.

Febbraio, marzo, aprile, maggio e ancora adesso. Non ricordo di avere mai visto cieli così belli e luminosi ma senza suoni: dove sono i suoni? Figure solitarie senza lineamenti camminano sulla strada, lentamente, attente a scansarsi, non si può essere vicini.

È questo il tempo sospeso, non lascia tracce su di noi, sui nostri sensi, non sentiamo aria, voci, rumori, colori...

Sono in casa, ferma. Non riordino, non pulisco, ora avrei il tempo... Non leggo, ascolto solo i numeri, che sembrano così importanti, ma non hanno facce, corpi riconoscibili.

Ma ecco: arrivano i bambini! Freschi, ridendo corrono alla camera dei giochi, riprendono possesso dei loro spazi, si stringono teneri a noi, non hanno paura.

Forse il tempo sospeso ci mostra il prezzo della vita, prezzo alto se la si vive pienamente, ma ancora più alto se lasciamo che ci passi sopra, senza toccarci. Guardiamo i bambini, stiamo loro vicino, cresciamoli con amore e fiducia. Il resto: quel che sarà, sarà.



Adriana

L'ATTESA È PIÙ DELLA SPERANZA

In momenti così difficili, dove le nostre fragili certezze mostrano i loro limiti e rischiano di allontanare e infrangere sogni e desideri, affidiamo alla speranza il loro compimento.

Fatichiamo a credere che possa essere solo questione di tempo e non ci prepariamo a gestire una fiduciosa attesa che è più di ogni speranza. A volte dimentichiamo che tutti i sogni e i desideri sono pensieri, ma non attese.

Nell'attesa c'è qualcosa di più: la certezza del loro verificarsi. È solo questione di tempo, non di compimento. L'attesa è addirittura più della speranza: nella speranza ci sono un desiderio e un augurio, ma non la certezza.

Nell'attesa di qualcuno o di qualcosa c'è la certezza del suo giungere prossimo o remoto, ma vero, qui, davanti a me. È così che l'attesa diventa una più ardente presenza.

Mario

LE MARGHERITE

Cos'è la speranza?

Mi sono svegliata stamattina con questo pensiero. Siamo sommersi da ogni tipo di messaggi, da “ce la faremo”, da “io resto a casa”, da immagini commoventi e suoni di violini struggenti.

Tutto bellissimo, io però ho trovato la speranza in cose piccole, piccole.

Per esempio nelle aiuole della mia solitaria piazza sono spuntate tante margherite, me ne sono accorta oggi mentre andavo dal panettiere, c'era anche un bimbo che muoveva i primi passi e andava verso la sua mamma.

Ma si è fermato un attimo e tutto traballante com'era ha raccolto una margheritina e poi sempre traballante è corso felice a braccia aperte dalla sua mamma.

Per me la speranza è stato vedere questo bimbo che va incontro alla vita a braccia aperte riconoscente e felice per quella piccola margherita.

Gabriella





LA VOGLIA DI FARCELA

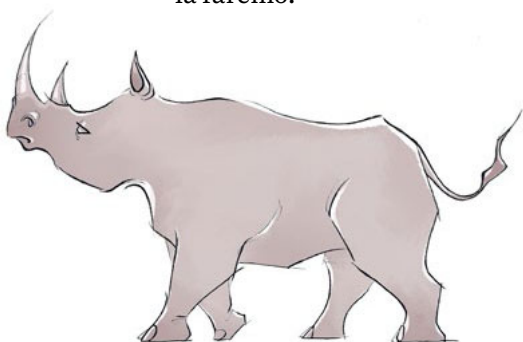
Sicuramente quando si ripartirà nulla sarà più come prima.

Forse avremo imparato a dare il giusto valore a tutto quello che fino ad oggi abbiamo considerato futile o sorpassato.

A guardare il nostro prossimo con occhi diversi e più comprensivi - noi volontari ci siamo già abituati! - oppure a osservare la bellezza della natura che mai come in questo momento ci sta mancando.

Anche l'organizzazione delle varie attività dovrà essere ribaltata in nome della sicurezza e rispetto per le persone. Un "compitone" da far tremare i polsi a un "rinoceronte".

Per fortuna noi Italiani, tra tanti difetti, abbiamo sempre dimostrato di avere creatività, coraggio, voglia e capacità di farcela: anche questa volta ce la faremo.



Domenico

IL DESIDERIO DI RIPRENDERE

Riusciremo a riconoscerci? Metà viso nascosto dalla mascherina, dopo tanto tempo e con la sensazione di aver vissuto un periodo così anomalo, guardandoci tutti con sospetto e timore.

Forse è la paura di sentirsi inadeguati, di fronte a persone che ormai chiamiamo fragili, cosa potremo fare in una situazione tanto drammatica, cosa potremo dire? E come si sentiranno i pazienti, senza familiari e amici, soli come negli ospedali dei tempi antichi, spesso vissuti come l'anticamera della fine, come ci sentiremo noi? Questo è un periodo strano, incerto. Non so se riusciremo a dare una sensazione di normalità o se ci vedranno come estranei, pericolosi, inutili.



Noi ci siamo riconosciuti subito, con gioia, ci siamo trovati uguali a prima, desideriamo riprendere il nostro posto vicino ai pazienti. Chissà come si sentono soli: televisione e giornali hanno riempito il nostro esilio in casa con numeri, diagrammi, dotte disquisizioni scientifiche. Non si parla d'altro, anche se tanti discorsi sembrano contraddittori. Forse questo è un buon modo di esorcizzare le nostre paure, di tenere sotto controllo quel guizzo che ci ricorda qual è il nostro destino, che non piace ricordare.

Ma è proprio questo che ci aiuta a comprendere? Periodi foschi, difficili, ci hanno sempre accompagnato nella storia dell'uomo... Forse è un bene, in questo momento, aver l'occasione di vedere, partecipare, condividere sensazioni ed esperienze così importanti.

Chissà come cambieranno le nostre sensazioni e i nostri comportamenti di volontari in ospedale, spero che riusciremo ad affrontare le paure e le speranze, a condividere le nostre sensazioni e le nostre forze con i pazienti che affrontano la malattia in momenti così controversi. Tra non molto ricominciamo, sento il desiderio di riprendere.

Adriana

Fotografia di
Federico Regalia

LA GIORNATA È TORNATA BELLA

Sto mangiando marmellata col cucchiaino direttamente dal vasetto.

Mio marito mi guarda stupito: non mangio mai cibi dolci, non mi piacciono, anzi mi danno fastidio. Ma adesso? Non so perché, ma continuo a mangiare. Sto meglio, adesso. Ma anche prima stavo bene! Guardavo gli alberi, il cielo... Tutto fermo, silenzioso.

La mia strada è piccola, passano poche persone, solo negli orari di apertura e chiusura del liceo sentivo rumori, passi, saluti, chiacchiericci, risate... Una signora con un cane, un rider in bicicletta con un grande pacco. Come risuonano sul selciato i tacchi di quella signora! Mi affaccio e dico “buona giornata!”, “Anche a lei” mi risponde, sono sicura che sorride dietro alla mascherina.

Scendo, due chiacchiere con la portinaia, con il giornalaio, anche se è inutile comprare il giornale: si sentono tutti i numeri della pandemia alla TV. Anche oggi la giornata è bellissima: sole splendido, gli alberi e le aiuole sono particolarmente opulenti, pochi rumori, voci... Potrei farmi una passeggiata, godermi quest'aria, questa luce. Ma andare dove, perché? Una volta l'avrei fatto, ma adesso?



Torno a casa. Speriamo nella scuola, nei ragazzi che passano qui sotto, le giovani voci, gli stupidi scherzi, il formarsi di amicizie, filarini...

Non vedo l'ora che suoni la campanella e i brufolosi, impacciati adolescenti dalle voci troppo basse oppure stridule passino qui sotto. Ecco i primi segnali, richiami, rumori di passi, risate... la giornata è tornata bella.

Adriana

CONOSCO BARCHE

È un ritorno al passato.

Siamo tornate al nostro quinto piano con un misto di entusiasmo, timore, ansia. È l'unico reparto aperto a noi volontari, il Dott. Santinami ci ha permesso di stare di nuovo accanto agli ammalati.

Dico ritorno al passato perché le camere sono di nuovo silenziose senza il via vai di amici e parenti, i televisori sono spenti e anche i cellulari squillano meno.

Siamo state accolte con un sorriso colmo di stupore, non potevano credere che in un momento così difficile e critico le volontarie fossero disponibili ad aiutarli nelle loro quotidiane difficoltà.

Anche nelle infermiere abbiamo notato un atteggiamento diverso, uno sguardo di ammirazione, non se l'aspettavano di vederci girare nei corridoi in punta di piedi ma operose.

Ma è proprio adesso che dobbiamo scendere in campo con ogni mezzo, noi volontarie non vogliamo stare ferme, ancorate in porto quando intorno a noi c'è bisogno di aiuto.

Penso che sia necessario ora più che mai alzare le vele e prendere il largo.

A questo proposito ho trovato una bellissima poesia di Jacques Brel:

"Conosco delle barche che restano nel porto per paura che le correnti le trascinino via con troppa violenza.

Conosco delle barche che arrugginiscono nel porto per non aver mai rischiato una vela fuori."

...Questa poesia ci esorta a vivere la vita senza tirarci indietro.

Ognuno di noi è una barca che deve alzare le vele e prendere il largo.

Gabriella

UN NUOVO LIBRO

Si avvicina il momento della ripartenza, del ritorno alla quotidianità... della rinascita.

Saremo più forti di prima. Perché non è un nuovo capitolo, ma un nuovo libro. Dobbiamo avere cura dei valori che abbiamo imparato in questa quarantena: tempo e umanità.

Un abbraccio e buona nuova vita!

Paolo



INASPETTATA FRAGILITÀ

Questi mesi oltre ad averci fatto conoscere una nuova paura ci hanno fatto molto pensare, riflettere, immaginare. Il pensiero costante andava alle persone che purtroppo si ammalavano e che lasciavano questa vita sole, senza un loro caro vicino che potesse accompagnarle fino all'ultimo istante. Anche la disperazione per una grave perdita può diventare una piccola consolazione se condivisa.

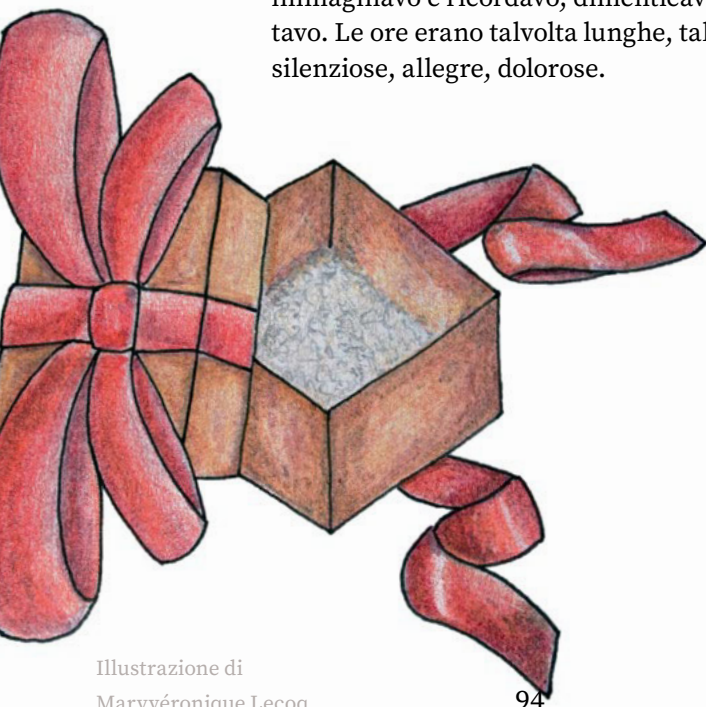
Purtroppo il Covid ha tolto anche quest'ultima possibilità. Quante volte ho pensato che tutto ciò fosse disumano, quante volte il terrore che potesse capitare ai miei più grandi affetti mi ha paralizzato la mente. Che dire, che la vita fosse un regalo provvisorio lo si sapeva, ma tutto quello che abbiamo visto ci ha portato a pensare anche a quanto la vita sia ingiusta e ancora più crudele di quanto si possa pensare. Credo che un modo per rispettare tutto questo dolore sia pensare ai doveri che abbiamo verso gli altri come del resto si dovrebbe fare con noi stessi.

Piera

IL REGALO DEL TEMPO

È giunto come una desiderata sorpresa il vostro “regalo del lunedì” per l’anno nuovo: il regalo del tempo.

Questa è stata forse la mancanza che ho maggiormente sentito, il tempo che prima era sempre delineato dalle nostre ore, dall’essere lontani e vicini, ascoltare, sperare, pentirsi. Nelle diverse ore del giorno, una volta, io sentivo, speravo, temevo... Il tempo era lungo, rumoroso, ma anche sereno, immaginavo e ricordavo, dimenticavo e progettavo. Le ore erano talvolta lunghe, talvolta corte, silenziose, allegre, dolorose.



Ora tutto è un bianco silenzio.
Non salgono ormai più dalla strada le
voci, i passi che scandiscono il tempo.
Voglio riavere il mio tempo, la speranza
o il timore di quello che potrà accadere, il
ricordo di quello che ho perso sprecando le
ore, il desiderio di non perdere i ricordi e le
aspettative di un nuovo futuro.

Ed ecco il vostro regalo.
Questi lunghi mesi senza nome, queste
giornate limpide e ferme, senza gioia e sen-
za dolore si stanno pian piano riempiendo,
l'aria non è più immota. Penso a un vicino,
sommesso futuro.
È giunto benvenuto il vostro regalo.

Adriana

RINGRAZIAMENTI

LILT ringrazia di cuore tutti coloro che hanno reso possibile questo volume:



I volontari autori delle riflessioni;

I volontari voci narranti del libro:
Maria Grazia Sagliocco e Domenico Giberti;

Il curatore Federico Regalia;

Gli illustratori;

Il Settore Volontariato per il coordinamento.

CREDITI IMMAGINI

Copertina di Federico Regalia	1
Illustrazione di Nicola Montefusco	14
Fotografia di Federico Regalia	23
Illustrazione di Debora Veschi	24
Illustrazione di Claudia Tranti	35
Illustrazione di Federico Regalia	41
Illustrazione di Federico Regalia	46
Illustrazione di Federico Regalia	50
Illustrazione di Nicola Montefusco	52
Illustrazione di Denise Orifici	56
Illustrazione di Denise Orifici	62
Illustrazione di Debora Veschi	65
Illustrazione di Federico Regalia	69
Illustrazione di Nicola Montefusco	75
Illustrazione di Qingyi Zheng	79
Illustrazione di Laura Faraci	85
Fotografia di Federico Regalia	87
Illustrazione di Alessandra Leuci	89
Illustrazione di Elisa Ragazzini	92
Illustrazione di Maryvéronique Lecoq	94