

Indice

Prefazioni	2
I racconti del tè	4
1. Colori all'Hospice	5
2. In questa stanza si respira amore	7
3. Buona la prima	8
4. Il Signor Vinavil	10
5. E due	11
6. Un altro rito	13
7. Torna... Riflessioni di una volontaria	14
8. Un mare di ricordi	16
9. Fiore di Primavera	17
10. Una famiglia diversa	18
11. Io la trippa la fò così	19
12. Il brucino	20
13. Messaggio da F.	21
14. Primo turno in Hospice da sola	22
15. La Dottoressa Bionda e il Dottor Berardi	23
16. Le paure di Patrizia	24
17. Uno strano autunno	26
18. Cara Lu	28
19. Perché con FILE	29
Le ricette	39
Torta light con tè allo zenzero e frutti rossi	40
Torta al tè - 1a versione	40
Torta al tè - 2a versione	41
Biscotti al tè Matcha	41
Torta al tè verde Matcha	42
Biscotti al tè aromatizzato	43
Biscotti al tè Earl Grey	43
Biscotti al tè Matcha e mandorle	44
Torta al limone aromatizzata al tè nero	44
Cuore di mela Pink Lady al tè Cherry Cosmo	45
Biscotti al tè Oolong Fumè	46
Torta umida all'arancio e al tè nero	46

Prefazioni

*Prefazione a cura di Gioia Pastacaldi e Nicoletta Bottin
Direttore sanitario e coordinatore infermieristico dell'Hospice "Il Fiore di Primavera"*

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (O.M.S.) definisce le cure palliative come *"la cura attiva, totale, dei pazienti la cui malattia non risponde più ai trattamenti curativi. Il controllo del dolore, di altri sintomi e dei problemi psicologici, sociali e spirituali è di fondamentale importanza. Lo scopo delle cure palliative è il raggiungimento della migliore qualità di vita per i pazienti e le loro famiglie"*.

E l'Hospice è la struttura residenziale di cure palliative in cui il malato inguaribile e la sua famiglia possono trovare conforto per gli ultimi giorni di vita oppure sollievo, per un periodo di tempo limitato, e poi fare ritorno a casa.

"Il Fiore di Primavera" è l'Hospice dell'Azienda Sanitaria di Prato ed è stato inaugurato nel mese di Maggio 2008. Fin da subito i volontari di FILE, Fondazione Italiana di Leniterapia Onlus, sono stati al nostro fianco per dare ogni possibile supporto ai pazienti e alle loro famiglie, per far sentire loro l'hospice come un luogo di non sofferenza, un luogo dove si va per non soffrire o soffrire di meno: un abbraccio totale alle persone in un momento di grande difficoltà.

Questo libro è stato scritto a quattro mani da loro e raccoglie le loro storie e testimonianze e, attraverso di esse, le storie e le emozioni di pazienti, familiari e amici, facendo così conoscere una realtà quale è appunto quella dell'hospice, un luogo dove si curano i dolori e le malattie del corpo, ma anche quelli dell'anima. Un luogo dove il malato inguaribile - ma non per questo incurabile - è al centro di un processo di umanizzazione delle cure, fatto di gesti di cura quotidiani, di movimenti minimi, di silenzi ma anche di sorrisi e di leggerezza. Attraverso questo libro si propone di accantonare la visione superficiale e limitante che associa le cure palliative (e gli hospice in particolare) ad un'unica dimensione di logorante attesa di morte, dimostrando come esse siano invece uno straordinario concentrato di vita e umanità, un accompagnare le persone, fino a quando vivono, alla vita.

Così come è avvenuto con gli incontri di "Un tè all'Hospice", il libro "I racconti del tè" è importante perché cerca di dare una mano, non solo metaforica, a chi affronta l'ultimo tempo di vita, per fare in modo che non si perda nella disperazione, ma che riesca a dare un senso anche ad un momento così doloroso. E di questo noi tutti, operatori e persone che a noi si sono affidate e si affideranno, ringraziamo i nostri volontari.

*Prefazione a cura di Donatella Carmi
Presidente di FILE, Fondazione Italiana di Leniterapia Onlus*

Cosa aggiungere a quello che è già stato detto per introdurre questa pubblicazione?

Posso solo dire che FILE, Fondazione Italiana di Leniterapia Onlus, fin dal suo nascere voleva che si verificasse proprio questo: oltre a finanziare l'assistenza, formare gli operatori e occuparsi della cultura e dell'informazione, FILE ha operato affinché una parte della società civile si avvicinasse a questi temi, li facesse propri e li condividesse con quell'altra parte rimasta più lontana ma che per noi è importante raggiungere.

Con i volontari di FILE tutto questo si è avverato.

Da un lato si è formata quella coscienza e quel rispetto dell'altro per cui molte persone hanno deciso di donare il loro tempo per dei "compagni" meno fortunati di questo viaggio umano. E, stare nell'hospice, accanto alla vita fino in fondo, è dare voce ad un'istanza personale: l'urgenza di stare accanto alle persone malate e alle loro famiglie, più spesso a ricevere che a dare, imparando a non giudicare, ad amare.

Dall'altro, i volontari di FILE sono diventati testimoni di un modo di curare rivoluzionario - a cui poco siamo abituati in questa epoca - in cui non è la malattia l'oggetto di cura più importante ma la persona malata ed il suo contesto, che sono centrali, insieme alle necessità, ai desideri, alle volontà ultime.

In questo modo ogni essere umano può stare accanto all'altro per scambiarsi doni di esperienze e di affetti, nessuno viene lasciato solo a vivere i momenti più duri della vita.

Sono proprio loro, i volontari, che a nome di FILE voglio ringraziare per l'entusiasmo e la professionalità con cui ogni giorno si offrono puntuali, attivando le loro risorse per una causa che vede l'essere umano sofferente oggetto di ogni tipo di cura e di attenzioni da parte loro. Grazie a tutti voi!

I racconti del tè

Qual è il filo invisibile che lega questi racconti fino a farli diventare il nostro libro?

Non le persone di cui raccontiamo, non le loro storie, o perlomeno non solo, ma il nostro stare dentro l'Hospice.

E' il nostro rapporto con loro, non il loro con noi, che è paragonabile al tempo ed alle sue sfumature.

Cosa significa? Significa che essere accolti bene in una stanza dove l'ospite e i suoi familiari vivono "serenamente" questo loro tratto di vita predispone bene l'animo come una bella giornata di sole. Così come fermarsi ad argomenti neutri, tanto per passare un po' di tempo in attesa che arrivino i familiari, offrendo un caffè, ma con distacco, è come una malinconica giornata di fine novembre.

Ma entrare in sintonia con le emozioni, rivedersi o proiettarsi in certe situazioni, uscire dalla stanza e "riflettere"... Ecco, questa è una pioggia torrenziale, un uragano che fa perfino andare in crisi la nostra "missione" di volontari.

E nei nostri piccoli racconti queste sfumature ci sono, si può vedere che tempo fa, e leggerli intorno ad una tazza di tè fumante forse ha fatto lo stesso effetto di condivisione che doveva fare ai nostri nonni raccontarsi intorno al camino la sera a veglia.

Buona lettura.

I volontari dell'Hospice "Il Fiore di Primavera"

1

Colori all'Hospice

- Tè di Gennaio -

Il corridoio dell'Hospice risplende degli acquerelli floreali appesi alle porte.

Nelle stanze c'è un'altra luce: soffusa, dolorosa, pungente di odori poco floreali. Lo stesso silenzio – libero dal dolore – è sospeso, non sa che dire e aspetta, aspetta, aspetta. In una delle stanze il silenzio è in trepida attesa di accogliere un nuovo ospite, per avvolgerlo nel suo bozzolo di tranquillità, in quel tratto di vita, che qui molti concludono.

Ecco che intorno a mezzogiorno il corridoio si anima di nuovi colori: l'arancione dei barellieri, il verdolino della vestaglia della signora sul lettino, il nero dei vestiti dei parenti, che paiono già pronti per l'occasione; loro restano fuori, in attesa della sistemazione a letto della madre di lei.

In quei minuti di attesa si materializza un forte abbraccio sconsolante, e al tempo stesso consolatorio, che unisce quella coppia ancora giovane, come per trasmettersi tutta la forza posseduta, tutta la forza necessaria, a sostegno di quell'ultimo percorso della parente.

Questa è la visione che mi si presenta all'affacciarmi nel corridoio; lascio decantare quel momento così intenso e, quando i barellieri tornano indietro, entro silenziosamente nella stanza, ora aperta.

La signora – poco più che sessantenne – riposa tranquilla, ad occhi chiusi, li riapre per rispondere al mio saluto e poi li richiude.

La figlia è lì attenta ad ascoltare le spiegazioni dell'efficientissima operatrice sanitaria sul funzionamento dell'Hospice, sulle strutture e i materiali a disposizione degli ospiti e dei parenti.

Io ascolto, aspettando il mio turno di presentazione del volontariato. Davanti a me si svolge un colloquio quasi avveniristico, da me sempre auspicato. La figlia sta spiegandoci che sua madre ha avvertito il "male" soltanto un mese prima, quando ancora lavorava. Dopo le indagini mediche e la diagnosi di metastasi cerebrali, le condizioni fisiche sono presto peggiorate fino al ricovero all'Hospice, ma lei ha voluto sapere, e sa tutto, ed ancora sotto quegli occhi chiusi credo che ascolti attentamente ogni parola. La figlia continua a spiegarci come si sono dovuti subito attivare a riorganizzare la loro vita e suddividersi i compiti – a casa c'è anche la suocera malata – e come

questo ulteriore impegno doloroso abbia rafforzato la loro unione, almeno nell'andare avanti in sintonia.

L'operatrice sanitaria esce ed io mi presento e cerco di illustrare la nostra azione di volontariato. Qui un'altra sorpresa: «Si – mi dice quella figlia attenta – avevo già visto il cartellino di riconoscimento». E si mette a descrivere il suo attuale stato d'animo nel trovarsi in quell'ambiente silenzioso, riservato, accogliente, con personale attento e disponibile, che le permette di accompagnare più tranquillamente sua madre in questa nuova esperienza. La signora parla guardandomi, pacatamente, con una serenità contenuta ma che mi fa sentire subito a mio agio nel collaborare a dare ascolto e conforto all'ospite e ai suoi parenti.

In quel momento sembra quasi che fra me e la parente si siano invertiti i ruoli!

Chiedo se al momento hanno bisogno di altro ed esco salutando sia la figlia che la madre, la quale per l'occasione riapre gli occhi.

Spero ritrovarli così la settimana successiva: non sempre è così.

Esco dalla stanza e percorrendo il corridoio rivolgo il pensiero agli altri ospiti, a quelli soli, a quelli con la badante, con parenti chiacchieroni o incapaci di comunicare nessuna verità, né ai malati né a loro stessi, aggravando ancor più il fardello della sofferenza di quel fine vita.

E mi chiedo: come, noi volontari, possiamo trasmettere agli altri ospiti quella serenità contenuta ma piena di verità che tanto può aiutare a morire vivendo?

L'incontro del "Tè di Gennaio" è stato realizzato in collaborazione con:

Maestro Antony Tang, "Calligrafia Cinese"

Redazione Associazione Skeda, "La serenità e la sua ombra"

Mostra di pittura di LAURABALLA

2

In questa stanza si respira amore

- Tè di Gennaio -

Lo sguardo è dolce e si incrocia continuamente con tenerezza.

Lui racconta delle giornate passate in ospedale e lei, quasi a voler esorcizzare la malattia, ci spiega di quanto la vizio, come esaudiscono ogni sua richiesta, come se invece che una malattia grave fosse una gravidanza e quindi vada tolta ogni voglia.

Con fare lezioso dice: «Io un po' me ne approfitto!» E io rispondo: «Se ne approfitti, se ne approfitti Laura, chiedi quello che vuole».

La figlia le telefona e lei chiede le caldarroste, compiacendosi di aver trovato qualcosa di buono e di non facile reperibilità. Capiamo che se chiedesse anche la luna tutti, comprese noi volontarie, ci metteremmo subito in cerca, consultando anche la NASA!

E poi la domanda chiave: «Una del nord e uno del sud... Ma come vi siete conosciuti?» Domanda chiave perché apre una porta di sguardi nostalgici, occhiate di teneri ricordi, fa aleggiare un'atmosfera così dolce da alzare la glicemia a respirarla! Sì, si respira amore, nel sentire di appuntamenti chiesti, rifiutati, ma subito accettati; balli prenotati, rifiutati e poi accettati; viaggi romantici, i cui racconti trasudano dolcezze infinite, mai stucchevoli.

Quanto amore si respira in questa stanza! Quanta voglia di protezione si scorge anche nel racconto di una vita vissuta insieme, nei ricordi rivissuti come scene di un romanzo rosa.

Incantata, ho chiesto a Laura se, quando si fosse sentita un po' meglio, poteva scrivere qualche piccolo racconto per noi. Con l'aria di confidare un segreto, sommessamente confessa: «Sa, io scrivo spesso, ho già scritto diversi racconti, anche se non li ho mai fatti leggere a nessuno... Quando - quando, non se - starò meglio ci riproverò».

Non ce l'abbiamo fatta, ma sono certa che sarebbero stati degni di Liala. Siamo state infinitamente fortunate ad averla incontrata perché il sentimento che abbiamo guadagnato in questa stanza lo potremo rispendere con tante altre persone. In quella stanza, dove abbiamo conosciuto il ciclista Anacleto, il tenero Renzino e tanta altra gente, in questi mesi abbiamo veramente "respirato amore"!

L'incontro del "Tè di Gennaio" è stato realizzato in collaborazione con:

Maestro Antony Tang, "Calligrafia Cinese"

Redazione Associazione Skeda, "La serenità e la sua ombra"

Mostra di pittura di LAURABALLA

3

Buona la prima

- Tè di Gennaio -

Un salto nel buio, un azzardo, ma cosa ci è venuto in mente di organizzare queste serate, noi che per tutta la vita ci siamo occupate di cose completamente diverse?

Chi ce lo ha fatto fare di mettere a rischio la nostra reputazione di volontarie brave, serie e disponibili, con questi eventi così strani per questa struttura?

E poi, l'acquisto di tutte queste tazze, teiere, pasticcini verdi come il tè, un'intera redazione di un giornale metropolitano mobilitata, Lauraballa che porta tutti questi quadri, l'edizione speciale di Skeda, l'attrice che legge il nostro racconto...

Oddio, e se non viene nessuno?

Vabbè, andiamo su in cucina a preparare il tè, vorrà dire che lo berremo noi, e con i pasticcini e le tartine ceneremo!

Siamo anche in ritardo con la preparazione, perché il marito di Laura è arrivato alle quattro del pomeriggio e siamo talmente convinte che tanto verrà poca gente, che siamo state lì a intrattenere lui e a fargli leggere il racconto.

Poi all'improvviso Silvana, trafelata, con le tazze sporche in una scatola, irrompe in cucina: «Oh, non ci sono più tazze pulite, non c'è più tè, giù è pieno!»

Momento di terrore e poi via, a rigovernare, asciugare, fare tè.

Meno male che c'è Giulia, erborista cinese, di una disponibilità infinita. Capisce la nostra inesperienza e con calma ci fa un meraviglioso fiore di tè nella nostra meravigliosa teiera trasparente: che bello! La foto di Meri di questa splendida invenzione orientale sarà sicuramente la copertina del libro che prima o poi sicuramente scriveremo!

Gli anditi sono pieni, le persone sorridenti, un po' sorprese di trovarsi qui, in questo posto che molti di loro non conoscevano, a passare due ore in compagnia.

Claudio, caporedattore di Skeda, richiama tutti all'ordine, li spinge a visitare la mostra, chiede a LAURABALLA di illustrare la sua arte.

Gli ospiti seguono interessati, noi volontarie ancora stupite e incredule.

Si passa in biblioteca e Gianna legge il nostro racconto. Parla di

Laura, che ci è rimasta nel cuore, e Gianna legge in modo speciale ed emozionante.

La redazione di Skeda sviluppa l'argomento che ha scelto per questa edizione speciale: "La serenità e la sua ombra". Claudio spiega che nella scelta, è stato ispirato da un incontro avuto con una ospite dell'Hospice. Lo aveva colpito la sua serenità in contrasto con le sue condizioni di salute: era Laura.

Dopo un dibattito coordinato da Chiara, scopriamo che su Skeda è pubblicato un articolo su Laura scritto da una sua collega insegnante. Ormai appare chiaro che l'incontro di stasera è tutto in suo onore: lei ci ha ispirato gli argomenti, il suo ricordo ha dettato le nostre emozioni, la sentiamo con noi, lei e il suo amore per tutti.

Il maestro Tang traduce questi sentimenti in un'altra lingua, con una scrittura fatta di segni e simboli di origini affascinanti.

Ci lascia in regalo il suo cartellone, che sarà la testimonianza della disponibilità di persone di origini diverse che vengono qui con un solo scopo: mettersi al nostro servizio per fare quello che noi chiediamo loro, esserci utili per quello che sanno fare.

Ed allora, sì, un salto nel buio, un azzardo, ma per fortuna a lieto fine, con la nostra reputazione di volontarie serie ormai salva, e con tanta carica in più per organizzare la prossima.

L'incontro del "Tè di Gennaio" è stato realizzato in collaborazione con:

Maestro Antony Tang, "Calligrafia Cinese"

Redazione Associazione Skeda, "La serenità e la sua ombra"

Mostra di pittura di LAURABALLA

4

Il Signor Vinavil

- Tè di Febbraio -

Stanza perfetta, l'unica con due finestre, quanta luce: questo piace molto al Signor Vinavil.

I parenti abitano lontano.

E' abituato a cercare di trarre il meglio dalle situazioni in cui si trova, studia le persone e ha comportamenti diversi con ognuno di noi volontari, non per cattiveria o falsità, ma sembra quasi per istinto o per una dote naturale.

Non si può alzare, né andare in poltrona, ma si dà da fare per passare al meglio le sue giornate: c'è il televisore e poi le riviste, un caffèino ogni tanto, la visita di un amico e poi...

Organizzatissimo, tutto a portata di mano, accanto al letto la scatola con la carta ed i cartoncini colorati, le scatole dei guanti e delle sigarette vuote; un'altra con i bottoni, i merletti, le immagini di fiori già ritagliate dalle riviste ed i "Santini" portati dalle suore o dal prete che vengono a fargli visita; ed infine, un'altra con le forbici ed il Vinavil.

Oh Signor Vinavil, per quanto tempo ti abbiamo visto creare quegli altarini. Era buffo vedere le tue braccia tatuate lavorare fiorellini, bottoni e merletti. Ne hai fatti più di uno per ognuno di noi e per altri, ed ogni creazione era diversa dall'altra.

Per Elena, che ti aveva chiesto di mettere solo fiori, hai resistito dal mettere santi.

I miei amici si chiedono cosa ci fanno a casa mia, visto che non sono credente, un altarino con la Madonna e uno con Padre Pio: sono la testimonianza della forza d'animo di un uomo nell'affrontare una situazione così difficile.

Grazie Signor Vinavil.

L'incontro del "Tè di Febbraio" è stato realizzato in collaborazione con:

Edo Ceccato e Mirella Targetti, "Dalle passeggiate agli hobby"

Catia di "Coloratamente Atelier di Catia Bandinelli"

Mostra di scultura di Paolo Tommasi, Associazione Culturale "Il Castello"

5

E due

- Tè di Febbraio -

E' la seconda volta. Questo presuppone meno agitazione perché abbiamo già visto quello che succede.

L'attrezzatura via via è più completa, con i thermos più pratici, i tavoli più grandi, la cadenza già segnata dall'esperienza della prima volta.

Fin dal primo pomeriggio siamo lì a preparare lo schieramento di tazzine, le teiere tutte in fila, i dolci ed i crostini ben allineati.

Le quattro e mezzo: cominciamo a fare i vari tè e caffè. Un altro quarto d'ora e l'agitazione aumenta: momento di panico quando sto per mettere il bricco del microonde sulla piastra del gas... E' il segnale che è meglio che scenda a ricevere le persone (mi hanno detto che sono arrivate molte mie amiche). In cucina rimarranno quelle più calme, persone meravigliose che sono venute ad aiutarci. C'è Nada, con una sua efficientissima amica, che senza perdere tempo prepara tartine e caffè.

C'è Fabiana, la nuova volontaria, che adoro già perché in silenzio si è messa subito a nostra disposizione, fa viaggi in su e giù con le teiere, il leggio, le tazze. Capisco che posso chiederle tutto e ne approfitto. Chissà che impressione le abbiamo fatto? Ci ha conosciute nel momento più incasinato di tutto il mese, quando mettiamo in pratica quello che abbiamo pensato e progettato per trenta giorni, quando in due ore di agitazione ci giochiamo tutto l'entusiasmo dei preparativi!

Scendo e vedo tutti e due gli anditi pieni di gente: che bellezza..! Le nostre speranze erano giustificate: la prima serata era riuscita e molte persone sono tornate.

Faccio un giro a salutare, a servire un po' di tè. Sento i commenti. Le statue in mostra piacciono, tutti mangiano i pasticcini, incuriositi dai nuovi sapori che Meri riesce a creare con il tè, le spezie, le ricerche su internet, la sua esperienza e la sua fantasia: avrà pure il piede invalido ma la mente e le mani vanno a duemila!

Qualcuno mi chiede la ricetta dei biscotti che la mia amica Sandra ci ha preparato. Sono molto contenta perché vedo le persone che conversano piacevolmente con la tazza di tè in mano: è quello che volevamo.

Poi tutti in biblioteca. Elena ha preparato un fiore di tè per ogni persona che anima la serata. E' un pensiero gentile che viene molto apprezzato.

E poi... “Il Signor Vinavil”. Gianna non legge, interpreta, fa sue le nostre emozioni, pur senza conoscere le persone di cui scriviamo. Tutte noi abbiamo gli occhi lucidi perché il ricordo è ancora fresco. Anche le persone che ospitiamo sono prese dal racconto e applaudono, segno che dalle parole scritte e dalla loro lettura così intensa, le emozioni sono arrivate a tutti.

E allora ecco lui, l'autore delle statue che molto umilmente si definisce un dilettante. In realtà è un'artista, basta vedere come leva il superfluo da ogni pezzo di legno e porta in superficie quello che vi era nascosto.

E poi Edo, mago del decoupage, barzellettieri e non so che altro, tutto inframmezzato da poesie e racconti letti con leggerezza e ricchi di contenuti.

E' quasi con dispiacere che passiamo all'ultimo momento della serata; ma appena Catia mette sul tavolo i suoi semplici attrezzi e comincia a parlare, ci scopriamo tutti incantati ad ascoltarla, e soprattutto a seguire i movimenti delle sue mani. A vederla fare pochi semplici gesti, sembra tutto semplice. In realtà capiamo che lei ha una grande manualità, oltre che tecnica e fantasia. Il tempo vola, l'uovo di Pasqua è fatto e finito, bellissimo, e lei con generosità lo regala a noi.

Staremmo ore a guardarla creare piccole opere d'arte.

Sì, queste persone sono proprio speciali e noi volontari siamo fortunati, perché siamo ricompensati di tutta la preparazione e l'ansia per queste serate con la soddisfazione che ci lasciano. Tutte le volte qualche persona in più è venuta a conoscenza dell'Hospice, della leniterapia e di persone che ci hanno piacevolmente intrattenuti per due ore: obiettivo raggiunto!

L'incontro del “Tè di Febbraio” è stato realizzato in collaborazione con:

Edo Ceccato e Mirella Targetti, “Dalle passeggiate agli hobby”

Catia di “Coloratamente Atelier di Catia Bandinelli”

Mostra di scultura di Paolo Tommasi, Associazione Culturale “Il Castello”

6

Un altro rito

- Tè di Marzo -

Quando viene a mancare una persona, specialmente se molto giovane, abbiamo un urgente bisogno di sapere tutto quello che ha fatto, detto o addirittura pensato negli ultimi istanti, ore, giorni della sua vita.

Allora diventa importantissimo anche quel libro sugli Indiani d'America trovato sul letto disfatto, ti fa ricordare quando lui indossava quella maglietta indiana, quando parlava della tutela di tutte le minoranze del mondo.

Cosa fare?... Una telefonata e “loro” arrivano subito, nonostante gli impegni, addolorati pur senza averlo conosciuto, desiderosi di riservargli i loro onori funebri tradizionali.

Che emozione sentire quei canti di cui non capiamo una parola ma percepiamo sentimenti intensi!

Che emozione passarsi la pipa di mano in mano mentre gli occhi si appannano!

E che emozione mangiare quella fetta di dolce riservandone un po' per chi se ne vuol servire stanotte!

Sentiamo che lui è lì con noi, commosso come noi, contento nel dolore di averci avvicinato a una cultura diversa, non in contrapposizione, perché una cosa sicuramente le accomuna tutte: l'amore. Quello è uguale in tutte le lingue, in tutte le tradizioni e in tutti i rituali: è quel sentimento che non ha descrizioni, che senti e basta, è una cosa che, come è successo a lui, va oltre.

L'incontro del “Tè di Marzo” è stato realizzato in collaborazione con:

Piero Benedetti, Associazione “Wambli Gleska” sui Lakota Sioux

Mostra fotografica del “Comitato riqualificazione del Soccorso” e “Prato Partecipa”

7

Torna... Riflessioni di una volontaria

- Tè di Marzo -

Pioviggina, tempo uggioso che non concilia il buon umore. Parcheggio e mi avvio verso l'Hospice con passo veloce, senza ombrello, come sempre quando piove.

Mentre cammino resetto i pensieri: le telefonate, i problemi e la fatica del lavoro vengono archiviati in una cartella in un angolo della mente.

Ora mi apro all'ascolto di ospiti e parenti, ripasso mentalmente i nomi, i volti, le emozioni della settimana passata... Troverò tutti? Forse no, mi preparo.

Sono tre anni che ogni venerdì mi preparo. Certe volte mi dico, "ma perché vengo via prima da lavoro, e lo faccio con tanta metodicità e impegno? Non devo mica marcare il cartellino, è volontariato!" Ma per me è un impegno importante, e se certe volte non l'ho potuto mantenere mi è mancato.

Sono state rare le volte - anche se ci sono state - che ho faticato a varcare il portone. In quei pomeriggi non ero serena con me stessa, non ero pronta a ricevere, ad ascoltare, ad osservare, ad abbracciare gli sguardi, le mani, i volti di ospiti o di parenti. Non ero pronta, allora ho salito la scala, sono entrata nella saletta, ho preso il cartellino identificativo e mi sono lasciata andare a due chiacchiere con il personale infermieristico, due parole sui figli, sui fatti del giorno, su un avvenimento politico, o semplicemente sull'abbigliamento.

La normalità delle cose e la quotidianità mi hanno aiutata, e sono passata a chiedere con quali ospiti potevo parlare, chi non avrei più incontrato e chi avrei incontrato di nuovo.

Poche pennellate inquadrano parenti e ospiti, situazioni familiari e punti di forza per poter entrare in contatto, oppure momenti non opportuni che non consigliano il contatto.

Le prime volte, durante i primi tempi del mio volontariato, avevo tanta paura, paura di sbagliare, e spesso riempivo il silenzio con le parole, e parlavo, parlavo... così nascondevo la paura.

Ora, ascolto tanto di più, parlo meno, soppeso quello che dico, osservo molto di più, e soprattutto non giudico, tutte le reazioni sono legittime, tutto è vita, anche il distacco da essa. Le emozioni sono tantissime, ma sto piano piano imparando a contenerle, a farle diventare forza e ricchezza per un altro incontro, per un altro abbraccio.

Ora, quando entro in una stanza che ha immancabilmente i segni personali dell'ospite (i fiori, le foto o i disegni dei nipoti, spesso i capolavori, gli scarabocchi dei più piccoli, le foto delle passioni da giovani, i libri o le riviste, le tante immagini sacre, i rosari e i cellulari, i portatili che usano le badanti o i parenti) entro sempre più in punta di piedi, con grande rispetto.

Io sono l'ospite, io vada a casa loro... E sono felice quando alla fine del nostro incontro mi dicono «Torna, torna a trovarmi... Ci conto, ci vediamo venerdì».

Fino a quando mi diranno «Torna!» ci sarà uno scopo in quello che faccio.

L'incontro del "Tè di Marzo" è stato realizzato in collaborazione con:

Piero Benedetti, Associazione "Wambli Gleska" sui Lakota Sioux

Mostra fotografica del "Comitato riqualificazione del Soccorso" e "Prato Partecipa"

8

Un mare di ricordi

- Tè di Aprile -

Entri in camera e ti sembra di immergerti in un romanzo dell'Ottocento: un anziano distinto signore ti accoglie con educazione e una cara signora d'altri tempi ha lo sguardo pieno di gentilezza.

Ci parli insieme cinque minuti e ti accorgi che sono due ragazzini moderni pieni di ricordi di una lunga vita.

Come è possibile? Questa coppia affascina tutte noi, nessuna esclusa.

E' una sorpresa continua, una scoperta dopo l'altra.

Parlano, parlano e vengono fuori episodi di vita inaspettati, raccontati con naturalezza, senza rimpianto, anzi, con la consapevolezza di aver vissuto una vita piena, ricca di avventure condivise con gli amici in barca a vela. Sì in barca a vela, una grande passione di lui, assecondata, per amore, da lei.

Si dice che quando si è in barca a vela non sia possibile navigare controvento ma lei lo fa, non si lascia andare all'amarezza, al rimpianto dei giorni andati, apprezzandone appieno il ricordo, coraggiosamente presa dai progetti futuri di riorganizzare se stessa e la casa.

Non è facile abbinare una dolce signora con la camicia dal colletto di trina con la figura scattante di un aiutante di bordo, ma se ci lasciamo trasportare dalla suggestione dei suoi racconti, quasi li vediamo, scivolare lentamente con la loro barca su questo mare di ricordi.

Grazie Marta per questa lezione e quando dovremo affrontare qualche dispiacere spero che il suo esempio non ci venga mai meno.

L'incontro del "Tè di Aprile" è stato realizzato in collaborazione con:

Associazione "Ipazia", "Storie, canzoni e poesie"

Gina Altomare, "Studio Tuscany"

Mostra di porcellane di "Tuscany Treehouse"

9

Fiore di Primavera

- Tè di Aprile -

E' una meravigliosa giornata di primavera e Marta passeggia per le strade del suo quartiere come ogni giorno.

Ama fare sempre lo stesso percorso, quindi esce dal portone di casa e gira nella stradina del fornaio e poi sempre a dritto. Spesso si ferma a salutare dei negozianti, o più semplicemente dei passanti, che incrocia abitualmente durante le sue passeggiate.

Marta cammina, le sue gambe sembrano muoversi in autonomia, una specie di pilota automatico. Arrivata davanti ad un cancellino, si ferma e tira fuori dalla tasca della sua vestaglia una chiave, apre il cancellino e si incammina lungo un viottolo.

I suoi occhi, come un quadro, fanno da cornice ad un meraviglioso giardino.

Sono nata con i primi raggi di sole, un dolce tepore ha invaso il mio corpo ed io sono sbocciata. Abito in un meraviglioso giardino pieno di alberi, arbusti e fiori, le mie giornate sono allegre ed io vivo la mia vita in modo gioioso e spensierato.

Ogni giorno, alla solita ora, vedo arrivare dal viottolo la nostra cara e gentile signora; lei si prende cura di noi, prende dal pozzo l'acqua necessaria per alleviare la nostra sete e regala ad ognuno di noi un dolce sorriso.

Ora le giornate sono più corte, il sole non riscalda più il mio corpo come una volta, mi sento fredda e rigida, la mia chioma folta perde i suoi petali ed io mi sento stanca, capisco che il tempo sta passando. Eccola, la cara e gentile signora sta arrivando con il suo impermeabile rosso, si dirige verso il pozzo, prende l'acqua e viene a farci visita; con il suo sguardo dolce e le sue amorevoli cure io mi sento meglio ma la stanchezza non mi lascia mai. Lei mi saluta e mi dice: «A domani, mia cara...».

Ma io so che domani non la rivedrò: «Arrivederci cara e sentile signora, grazie e saluta tutte le altre care e gentili signore che, come te donano un po' del loro tempo a noi pazienti».

Marta mi saluta, si gira e una lacrima le bagna il volto: «Arrivederci mia cara amica, grazie per il tempo passato insieme e per i sorrisi che mi hai regalato ogni giorno».

L'incontro del "Tè di Aprile" è stato realizzato in collaborazione con:

Associazione "Ipazia", "Storie, canzoni e poesie"

Gina Altomare, "Studio Tuscany"

Mostra di porcellane di "Tuscany Treehouse"

10

Una famiglia diversa

- Tè di Maggio -

Sono di turno in Hospice. Come sempre, appena arrivata, vado a salutare il personale di turno e mi informo se c'è qualcuno in particolare di cui occuparmi.

Mi chiedono di tenere compagnia a un signore che è nel salottino. Non lo conosco, so solo che la sua compagna se ne sta andando, e mi accorgo subito che è molto provato. Lo invito nella nostra cucina e gli preparo la colazione.

Davanti ad una tazza fumante di tè mi racconta che ha salutato la sua compagna ieri sera, prima che venisse sedata, che è rimasto lo stesso lì tutta la notte, con gli infermieri che non lo hanno lasciato mai solo, standogli vicino non solo fisicamente.

Poi, all'improvviso, mi dice: «Ora con lei c'è la sua famiglia, io sono solo il suo compagno. Siamo stati insieme diciotto anni, condividendo tutto, ma io non faccio parte della famiglia, adesso decidono loro». Ha una grande dignità e, trattenendo le lacrime, dice: «Adesso sono di nuovo solo, lei era la mia famiglia, tutto ciò che avevo!»

Mi allontanano un attimo. Vado nella stanza della compagna: dorme serena, ci sono otto-dieci persone intorno al letto. L'evento "morte" è molto difficile per tutti. C'è una madre anziana disperata e, fra i tanti parenti, c'è chi piange, chi cerca di consolare e chi pensa a come organizzare il funerale.

Vorrei poter dire a tutti: "Lasciate che lui possa tenerle la mano, non ignoratelo, il vostro dolore è anche il suo!"

Torno da lui e gli dico che lei dorme serena. Allora ricomincia a parlare a ruota libera e mi racconta tutto il suo amore per lei.

Poi, quando infine sembra ormai svuotato, lo saluto, con tanta amarezza nel cuore e con la speranza che qualcuno si ricordi di lui.

Torno a casa con un pensiero fisso: vorrei che un giorno tutte le famiglie avessero pari dignità...

*L'incontro del "Tè di Maggio" è stato realizzato in collaborazione con:
Roberto Dei e Mauro Scali, "Il tempo e le sue misure"
Mostra fotografica di Andrea Pazzaglia*

11

Io la trippa la fò così

- Tè di Maggio -

«La lavo bene, la metto in un tegame coperta e gli fò fare tutta l'acqua che poi butto via, e poi...».

«Giuseppa, ma dopo ci mette anche il limone con il pomodoro?»

«Macchè limone, io la trippa la fò così, e viene davvero speciale».

Che bello entrare in una camera e discutere su una ricetta di cucina. Oddio, discutere è una parola grossa: con la Giuseppa non si discute, si ascolta e si esegue. Io ho fatto la trippa ed è venuta speciale davvero.

Peccato non aver fatto in tempo a dirglielo, sicuramente sarebbe stata contenta di saperlo.

Tante persone sarebbero sorprese di sapere che in Hospice succede anche questo, si disquisisce di cucina con Giuseppa, di calcio con Alberto, etc... Conversazioni tutt'altro che di circostanza perché, quando ci siamo, ci si fa prendere davvero dall'argomento, che sia il limone nella trippa o il rigore della Juve!

E così nascono amicizie che ti arricchiscono, ricordi che ti affollano la mente e si offrono come spunto di riflessione.

*L'incontro del "Tè di Maggio" è stato realizzato in collaborazione con:
Roberto Dei e Mauro Scali, "Il tempo e le sue misure"
Mostra fotografica di Andrea Pazzaglia*

12

Il brucino

- Tè di Settembre -

«Si infila l'ago nella stoffa, ci si arrotola sopra il filo stretto stretto, si sfila l'ago e si chiude: questo è il brucino. Sapessi quante cose si possono fare così, con il cotone sfumato! Una volta quando ero una ragazzina...».

Ed il racconto va avanti fino a che non guardiamo l'orologio e magari è già passata un'ora ed è tempo di andare da un altro ospite. A malincuore però, perché questi racconti di vita vera, di vestitini cuciti e lenzuolini ricamati ci appassionano, ci fanno rivivere tempi passati, ci svelano spaccati di una Prato antica, laboriosa, dove si mangiava la verdura coltivata dal vicino di casa, si faceva pratica di taglio e cucito dalla sarta, ci si trovava la sera in parrocchia.

Eh sì, la signora Giuliana ci ha riportato indietro nel tempo. Qualcuna di noi più vicina a lei come età ha ascoltato le sue storie con nostalgia, risvegliando vecchi ricordi; a qualcun'altra ha rammentato racconti ascoltati da mamme e zie, e la nostalgia fa capolino lo stesso; mentre per le più giovani è come vedere un quarto d'ora di Piccole Donne!

L'incontro del "Tè di Settembre" è stato realizzato in collaborazione con:

Roberto Dei e Mauro Scali, "Il tempo e le sue misure"

Giacomo Lombardi e le sue piante carnivore

Mostra di pittura di Fiorella Becevel (volontaria FILE)

13

Messaggio da F.

- Tè di Settembre -

“La mamma ci ha lasciato. Grazie, gli ultimi sorrisi glieli hai regalati tu...”.

Questo messaggio mi raggiunge in vacanza, mi dispiace molto non essere stata vicino a P. fino all'ultimo. Ma questo messaggio mi dice che i momenti che ha passato con me sono stati sereni e sinceri.

Un lunedì come tanti, solito turno in Hospice, un'occhiata alla lista dei pazienti: sono i soliti che ho lasciato la volta scorsa ad eccezione di una signora.

L'infermiera di turno mi comunica che non vuole ricevere visite; ne prendo atto e mi avvio nel corridoio. Mi sento chiamare, è un amico di mio figlio e capisco che la signora nuova è la sua mamma.

Gli chiedo come mai non vuole visite: «E' per proteggerla» mi dice «Lei non sa quanto sia grave la sua malattia, per questo l'abbiamo portata qui, a casa venivano a trovarla vicini e parenti e volevamo evitare che a qualcuno scappasse la verità».

Chiedo se posso entrare a salutarla, accetta ripetendomi le raccomandazioni del caso.

P. è contenta di vedermi, parliamo dei nostri ragazzi, della scuola e di quanto tempo era che non ci sentivamo.

Quando restiamo sole mi dice che in fondo lei ha accettato che la sua fine sia imminente ma è molto preoccupata per i figli, perché non vogliono neppure parlarne.

«Sono orgogliosa dei miei ragazzi» mi confida, «sia il maschio che le femmine sono tutti bravissimi e non mi lasciano mai da sola, spero solo che il loro legame li aiuti a superare il distacco».

Sono tornata di nuovo a trovarla, era contenta di vedermi e di parlare dei tempi passati, delle nostre alleanze di mamme, dei suoi ricami.

Soprattutto era serena...

L'incontro del "Tè di Settembre" è stato realizzato in collaborazione con:

Roberto Dei e Mauro Scali, "Il tempo e le sue misure"

Giacomo Lombardi e le sue piante carnivore

Mostra di pittura di Fiorella Becevel (volontaria FILE)

Che dire, ieri è stato difficile varcare il portone ma ancora più difficile è stato richiuderlo ed andare via!

Avevo mille pensieri che per fortuna si sono dissolti immediatamente grazie alle infermiere e alla conoscenza della figlia di L. (credo si chiami così la signora arrivata ieri, ho preso le smemoratezze della mia mitica tutor!) che mi ha portata in stanza da sua madre.

Abbiamo subito rotto il ghiaccio con tante chiacchiere del più e del meno, erano in compagnia anche di una cugina “acquisita”, poi in serata le ho portato tre libri presi dalla biblioteca e le ho promesso di leggerne uno, quello a lei più gradito.

Tra le righe, ho capito che lei voleva sfogarsi un pò; con tanta gente intorno non riusciva realmente a esternare il suo effettivo stato d’animo, e questo la faceva riposare male.

Poi sono passata alla stanza accanto dove c’era una signora nuova con la sorella. Con mia grande sorpresa, quest’ultima aveva una gran voglia di parlare. La signora era soporifera dalla mattina, quindi la sorella era un pò perplessa, visto che la sera prima l’aveva trovata lucida e attenta. Poi quel signore con la voce fioca, molto felice della visita, era in compagnia di un amico, che gli è andato a prendere un libro in biblioteca per vedere se lo aiutava ad alimentare il sonno.

O. era in compagnia di una sorella; inizialmente dormiva, poi ha voluto che mi avvicinassi e lo aiutassi a bere, mi teneva la mano e non voleva che andassi via.

Poi G., un pò nervoso; la moglie e il figlio mi dicevano che non li riconosceva neppure. Più tardi, invece, l’ho trovato più lucido e propenso alle chiacchiere.

Nell’altra stanza c’era un’altra signora già seduta. Il marito era molto dolce e fiero di sua moglie per la forza dimostrata in così tanto tempo di sofferenza.

Infine, l’ospite del piano superiore, molto gioviale, mi ha fatto scrivere il mio nome e cognome sul suo quaderno. Poi abbiamo parlato della sua famiglia e del suo paese e mi ha consigliato dei posti da visitare che a suo dire sono meravigliosi.

*L'incontro del “Tè di Ottobre” è stato realizzato in collaborazione con:
Viviano Vannucci, “Compagnia dell’Ottone”*

Antonio Messina, “G.I.R.O.S.” (Gruppo Italiano per la Ricerca sulle Orchidee Spontanee)

Mostra di pittura di Marta Moscardi del Club “Le amiche di Marta”

Anche gli ospiti hanno imparato a riconoscere il rumore dei tacchi che annunciano il suo arrivo. E aspettano la visita della dottoressa, «Sa, quella dottoressa bionda, gentile, che ci spiega tutto per bene...».

«Sì, la Dottoressa Pastacaldi».

E lei arriva, solare e sorridente, in sintonia con il nome, Gioia, con la raffinata eleganza da responsabile di una galleria d’arte.

Ma, quando parla, anche se chiede solo “come va?”, l’aria professionale di medico che dirige l’Hospice affiora sempre più, il sorriso resta, ma lo sguardo fermo indaga con competenza sulle condizioni del paziente.

Da anestesista a medico palliativista in una struttura di assoluta eccellenza, insieme a tutto il suo staff, da anni dà sollievo agli ospiti ed alle loro famiglie.

Dall’anno scorso è affiancata dal “nostro” Dottor Abrardi o, come lo chiama Mario, il Dottor Berardi, perché il cognome giusto, inconsueto per queste zone, non gli rimane a mente. Gli telefoni per chiedere come sta e ti risponde: «Sto bene, domani viene a controllarmi il Dottor Berardi». E questo ormai per tutti noi è il suo nome.

Il suo percorso è diverso, è approdato alle cure palliative per FILE dalla psichiatria, il che gli permette un approccio più confidenziale ma in cui si riconosce una grande competenza.

E’ rassicurante per tutti noi sapere che questi due medici si adoperano con passione in questa struttura per dare un senso ed una dignità alla vita di ogni malato, fino alla fine, alleviando loro prima di tutto il dolore, e favorendo spesso anche un percorso di riconciliazione con le persone che stanno intorno.

E’ degno di un paese civile offrire supporto per aiutare i pazienti a vivere il più attivamente possibile fino alla fine, affermando così il valore della vita, e “la Dottoressa Bionda” ed “il Dottor Berardi” sono proprio due grandi supporti!

*L'incontro del “Tè di Ottobre” è stato realizzato in collaborazione con:
Viviano Vannucci, “Compagnia dell’Ottone”*

Antonio Messina, “G.I.R.O.S.” (Gruppo Italiano per la Ricerca sulle Orchidee Spontanee)

Mostra di pittura di Marta Moscardi del Club “Le amiche di Marta”

16

Le paure di Patrizia

- Tè di Novembre -

Arrivo un po' trafelata perché sono venuta a piedi. Voglio arrivare presto perché ho notato che, ora che il tempo è più buono e le scuole stanno per terminare, di pomeriggio le stanze sono più piene di parenti, e io voglio esserci quando sono più necessaria, cioè quando gli ospiti sono più spesso soli.

Chiedo all'infermiere da chi è meglio che non vada e lui risponde: «Oggi ti dico da chi devi andare. C'è Patrizia che ha chiesto un po' di compagnia, vai da lei».

Non vado nemmeno nel salottino a leggere le ultime osservazioni delle mie compagne, lo farò dopo, ora sono troppo contenta dell'indicazione dell'infermiere. Oggi sono sola a fare compagnia agli ospiti, e ancora non mi sento sicura di esserne all'altezza, ho sempre paura di non saper affrontare qualche situazione, di non trovare magari le parole giuste per conversare.

Patrizia mi piace, è una nonna relativamente giovane, che mi ricorda un po' mia mamma con quell'attaccamento estremo alla famiglia, oserei dire quasi dipendenza.

E' un po' confusa ma molto contenta quando le chiedo se mi posso sedere a farle un po' di compagnia.

Mi dice: Magari potesse stare un po' con me; stasera sento tanta malinconia e un po' di ansia».

Perché ansia?» dico io. La risposta è inaspettata: Ho paura che mia figlia si sia dimenticata che sono qui, e non mi venga a trovare».

Non sa dare motivazioni a questo suo pensiero, e quando cerco di rassicurarla mi rendo conto che sa benissimo che la figlia è al lavoro, poi a casa con la bambina, e stasera verrà.

Allora perché questa paura?

Si sa, la paura è una cosa irrazionale, noi vogliamo sempre ricondurre a parole le nostre sensazioni, che spesso non sono traducibili in concetti razionalmente raccontabili.

Forse confessare di avere paura di non tornare a casa fa più male, significa ammettere una consapevolezza che è meglio mascherare con un'altra paura, meno logica, ma più facile ad essere rassicurata. Parliamo un po' di tutto, del cibo che preparava alla nipotina, della scuola, di quando abitava in un paese vicino.

Via via che scorre il tempo, la falsa motivazione della sua malinconia svanisce e riaffiora piano piano quella vera. Mi dice che il suo pensiero è di tornare a casa, vuole vivere ancora la sua vita familiare normale.

Nessuno può darle questa sicurezza e io non sono autorizzata a darle speranze su quello che avverrà. Cerco di farle apprezzare i lati positivi della situazione che sta vivendo qui: una sistemazione tranquilla dove le persone possono venire a trovarla sempre, dove è accudita a tutte le ore e la figlia può stare tranquilla fino all'ora che viene a farle visita.

Quest'ultima cosa è quella più apprezzata da Patrizia, il grande amore che ha per la figlia, e la possibilità di farla stare tranquilla è una cosa che passa sopra anche alle grandi ansie.

Che mamma piena di amore è Patrizia, e che grandi insegnamenti ci sono in questa scuola di Vita!

Arrivano due sue amiche e io mi allontano per fare compagnia a qualcun altro, ma dopo torno da lei.

Il tempo di salutarla e arriva una cugina. Le lascio sole commentando: Ma quante persone stasera Patrizia!» E lei: «Sì, sono fortunata, ci sono tante persone che mi vogliono bene e qui possono venire a tutte le ore, quando fa più comodo a loro».

Ed io aggiungo fra me: fortunate loro che stanno vicine ad una persona così tenera, e fortunata io che l'ho incontrata sulla mia strada!

*L'incontro del "Tè di Novembre" è stato realizzato in collaborazione con:
Nicola di Filippo, Associazione "Historiaedita", "Le modificazioni alimentari
attraverso i secoli"*

*Alberto Allodoli, "Cioccolato, dai Maya agli Atzechi ai giorni nostri"
Mostra di ricamo e fai da te di Francesca Ferrazzuolo*

17

Uno strano autunno

- Tè di Novembre -

Salgo al secondo piano dell'Hospice per incontrare la mia "Piccola Grande Amica" con gli occhi a mandorla.

La porta è socchiusa, ma sento la sua voce inconfondibile che mi chiama per nome. Supero lo sconcerto ed entro velocemente: «Ma come hai fatto a sapere che ero io senza avermi visto?»

Lu, sempre più magra, la frangetta nera e gli occhi a mandorla che si fanno piccolissimi quando ride (e ride o sorride sempre), mi dice che pur non avendo avuto modo di vedermi mi riconosce dai passi, e poi aggiunge: «Tu sei quella del Venerdì».

Mi mostra un quaderno dove ha tenuto una specie di diario giornaliero, ha imparato i turni delle volontarie, degli infermieri, non dimenticando neppure i ragazzi che sono passati a fare tirocinio.

Una giovane donna senza età dalla quale ho imparato tanto. In particolare due cose: il valore di dire "Grazie", e la tolleranza delle differenze.

Lu era cinese, veniva da una cittadina di provincia.

Mi diceva che le montagne sono come le nostre (quelle di Prato), che anche nella sua cittadina scorre un fiume, più piccolo del Bisenzio: quando era piccola lei, le case erano distribuite attorno ad uno spazio come una piazza, come le nostre aie, e la gente si aiutava, tanto che lei ha aiutato una famiglia a crescere un ragazzo, il suo amato figlioccio. Ora le cose sono cambiate, ci sono strade e case alte come qui. Tante luci, tanti negozi... «Un po' bene, un po' male...», e rideva.

Ma ciò che importa non sono le cose che cambiano (e possono essere anche diverse): sono quelli che vi abitano che contano e sono uguali, sia nelle cose buone che in quelle cattive, sia in Cina che qui.

Grande Piccola Lu, evitavo ci chiederti come stavi. Sapevo già la risposta: «Bene».

Sapevo, bastava vederti per capire che non era così, e quindi parlavamo di figli, di marito, di nipoti, di famiglia e amici che ti erano sempre vicini, di cucina, di conservazione dei cibi: mi offrivi il torrone con le arachidi, buonissimo, che ti facevi portare per fare salotto con le volontarie che lo gradivano. Sono felice che ti sia piaciuta tanto "la cecina alla cipolla": ormai sapevo che i funghi e le cipolle erano tra i sapori a te più graditi.

Le nostre conversazioni venivano aiutate dal vocabolario Italiano-Cinese e dal quadernone in cui segnavi nella tua lingua la nuova parola che imparavi. "Cecina" ti faceva ridere tanto, perché conteneva la parola "Cina", ma era un cibo... Che ridere, «Cosa essele ceci???» Cercavo sul vocabolario e tu leggevi in cinese: «Haaa... Capito, sì. Ma cecina fa lidele, pelò è buona».

Piccola Grande Lu, con te mi sono sentita veramente io, intera, sincera, serena. Tu rispettavi tutto, le mie differenze: non hai dato giudizi quando ti ho detto che non sono credente, hai solo detto che tu sotto Mao non sapevi cosa fosse la religione. Poi hai scoperto alcune religioni: Buddismo, Islam e Cristianesimo, ma non sapevi esattamente a quale eri più vicina. Forse ora al Cristianesimo. Ma la cosa importante erano gli uomini e le loro azioni, non le loro idee religiose.

Grazie Lu.

*L'incontro del "Tè di Novembre" è stato realizzato in collaborazione con:
Nicola di Filippo, Associazione "Historiaedita", "Le modificazioni alimentari
attraverso i secoli"*

*Alberto Allodoli, "Cioccolato, dai Maya agli Atzechi ai giorni nostri"
Mostra di ricamo e fai da te di Francesca Ferrazzuolo*

18

Cara Lu

- Tè di Dicembre -

Cara Lu, questa mattina avevo mille pensieri e qualche problema da risolvere; se non fosse che ti avevo promesso la focaccia forse non sarei venuta all'Hospice, ma non potevo deluderti, sapevo che mi aspettavi.

Il tuo sorriso, il tuo abbraccio, il calore con cui mi accogli ogni volta per qualche ora spazzano via tutto il resto.

Oggi mi hai offerto un croccante cinese (il mio dentista te ne sarà grato), non potevo certo rifiutarlo, quale alibi migliore per poter fare qualche peccato di gola!

Eri stanca, ma avevi voglia di parlare; come al solito mi hai interrogato su tante cose e come sempre forse mi sono meritata un'insufficienza. Pazienza, la prossima mi preparerò meglio.

Sì, spero sempre che ci sia una prossima volta...

Lo sguardo mi si posa sul quaderno che tieni sul comodino, dove ogni tanto mi chiedi di scrivere alcune cose, e dove tu mi dici che scrivi le cose per non dimenticarle.

Io certo non ti dimenticherò cara Lu, mia piccola grande amica, forse un giorno riuscirò a visitare la tua terra, i luoghi a te cari, e cercherò di farlo con i tuoi occhi. La prossima volta facciamo un itinerario e proviamo una nuova focaccia... La prossima volta.

L'incontro del "Tè di Dicembre" è stato realizzato in collaborazione con:

Associazione "Il Capitombolo"

Volontarie FILE, "Addobbi natalizi"

Mostra di pizzi e ricami, Associazione "Il Capitombolo"

19

Perché con FILE

- Tè di Dicembre -

Spesso le persone mi chiedono come e soprattutto perché ho iniziato a fare volontariato con FILE.

Spiego che una cara amica e la sua famiglia hanno avuto un'esperienza qui all'Hospice di Prato che è stata più che eccellente, ma non è tutto.

Spiego che ho partecipato ad una cena per raccolta fondi ed ho conosciuto persone meravigliose, ma non è tutto.

Spiego che facendo il corso e conoscendo Donatella, che è la Presidente di FILE, non ho avuto dubbi, ma non è tutto.

Ho letto recentemente questa storia scritta da Ann Landers, una scrittrice americana del secolo scorso. Dice così:

Un uomo parlava con il Signore riguardo a paradiso e inferno.

Il Signore disse all'uomo: «Vieni, ti mostrerò l'inferno...». Entrarono in una stanza in cui un gruppo di persone sedeva attorno ad una grande pentola di stufato.

Tutti erano denutriti, disperati e affamati. Ognuno teneva in mano un cucchiaino che raggiungeva la pentola, ma il cucchiaino aveva un manico tanto più lungo delle loro braccia che non poteva essere usato per portare alla bocca lo stufato.

La sofferenza era terribile.

«Vieni, adesso ti faccio vedere il paradiso» disse il Signore dopo un po'. Entrarono in un'altra stanza, identica alla prima, tutto era uguale: la stessa pentola di stufato e gli stessi cucchiaini a manico lungo. Ma lì tutti erano felici e ben nutriti.

«Non capisco» disse l'uomo. «Perché sono felici qui se nell'altra stanza erano disperati e tutto era uguale?»

Il Signore sorrise. «Ah, è semplice» disse. «Qui hanno imparato a darsi da mangiare l'un l'altro».

E allora, ripensando a FILE, alla leniterapia, dal verbo lenire, cioè attenuare, con dolcezza, rispetto, dare sollievo, in punta di piedi, alla sofferenza dei malati e delle loro famiglie.

Ripensando a FILE che promuove la cultura delle cure palliative, dal latino pallium, cioè indumento simile al mantello con cui avvolgere affettuosamente queste persone e prendersene cura non solo dal

punto di vista medico.

Ripensando a FILE che collabora in modo assolutamente gratuito con enti pubblici e privati per fornire, anche con proprio personale, un'assistenza migliore e un po' arricchita dalla presenza di noi volontari.

Ripensando a FILE... Ecco, questo per me è imparare a essere solidali, imparare a “darsi da mangiare”, e questo finalmente è tutto!

L'incontro del “Tè di Dicembre” è stato realizzato in collaborazione con:

Associazione “Il Capitombolo”

Volontarie FILE, “Addobbi natalizi”

Mostra di pizzi e ricami, Associazione “Il Capitombolo”



Tè di Gennaio - Maestro Antony Tang

*Alcune immagini degli incontri
del ciclo “Un tè all’Hospice”*

Tè di Febbraio





Tè di Aprile - Associazione "Ipazia"

Tè di Aprile



Tè di Maggio - Gianna Capocchi

Tè di Maggio - La mostra "Il tempo in uno scatto" di Andrea Pazzaglia





Tè di Settembre - La mostra di Fiorella Becevel

Tè di Settembre - Giacomo Lombardi



Tè di Ottobre - "La Compagnia dell'Ottone"

Tè di Ottobre - La mostra "Dipingere... che passione!!!" di Marta Moscardi





Tè di Dicembre - Associazione "Il Capitombolo"

Tè di Dicembre - Associazione "Il Capitombolo"



Concerto di Natale a cura della Banda "Edoardo Chiti"

La facciata esterna dell'Hospice "Il Fiore di Primavera"





Gruppo di volontarie FILE attive nell'Hospice "Il Fiore di Primavera"

Gruppo di volontarie FILE attive nell'Hospice "Il Fiore di Primavera"



Le ricette



Torta light con tè allo zenzero e frutti rossi

Ingredienti:

Frutti rossi essiccati - 140 gr
Tè caldo al limone e zenzero - 350 ml
Farina 00 - 225 gr
Lievito per dolci - 1 bustina
Zucchero di canna - 100 gr
Uova biologiche - 1 grande

Porre i frutti rossi in una ciotola e ricoprire con il tè caldo lasciando in infusione per circa 2 ore (è possibile utilizzare anche un altro aroma per il tè, tipo alla vaniglia). Trascorse le due ore, pre-riscaldare il forno a 160 gradi. Unire in una ciotola la farina, il lievito, lo zucchero e l'uovo precedentemente battuto e amalgamare gli ingredienti. Aggiungere il tè e i frutti rossi, e mescolare fino ad ottenere un composto liscio. Versare in uno stampo precedentemente imburrato e infarinato, e cuocere in forno caldo per circa 40 minuti. Il dolce risulterà un po' bagnato all'interno e si conserverà bene per alcuni giorni. Le porzioni sono per circa 12-15 fette.

Torta al tè - 1a versione

Ingredienti:

Farina - 1 tazza e mezza
Zucchero - 1 tazza
Panna montata a neve - 200 gr
Lievito - 1 bustina
Uova - 3
Tè al gelsomino - 3 cucchiaini

La torta al tè può essere creata con qualsiasi infuso. Mettere sul fuoco 150 ml di acqua e farla scaldare (ma non bollire). Versare poi i 3 cucchiaini di tè al gelsomino e lasciare in infusione 5 minuti. Scolare poi la miscela togliendo tutte le foglioline di gelsomino. Dedicarsi all'impasto mescolando lo zucchero, le uova, la farina setacciata con il lievito e aggiungere la panna. Per ultimo, aggiungere l'infuso e mescolare bene (se l'impasto ottenuto non è simil-yogurt, setacciare ancora un poco di farina). Imburrare e infarinare una teglia da forno per torte e cuocere per 45 minuti a 180 gradi. Verificare comunque il grado di cottura.

Torta al tè - 2a versione

Ingredienti:

Farina - 350 gr
Zucchero di canna - 280 gr + altri 20 gr
Mele rosse - 300 gr
Tè verde al gelsomino - 5 bustine
Yogurt di soia al naturale - 2 vasetti
Olio d'oliva - 1 bicchiere
Lievito - 1 bustina
Marraschino - 2 cucchiaini
Vanillina - 1 bustina

Mettere a bollire 1 dl d'acqua e versarvi il contenuto delle 3 bustine di tè, da lasciare in infusione. Sbucciare le mele e tagliarle a fettine. Montare a neve i due yogurt e i 280 gr di zucchero, aggiungere l'infuso di tè (senza setacciarlo, con tutte le foglioline), l'olio, la farina, il liquore, la vanillina, mescolare tutto. Il composto ottenuto deve essere omogeneo e liscio, senza grumi. In seguito, aggiungere metà delle mele e il lievito, e mescolare ancora. Ungere una teglia di 20 cm di diametro, disporvi l'impasto. Cospargere le mele restanti sulla superficie dell'impasto. In una ciotola mischiare i 20 gr di zucchero di canna con il contenuto delle 2 bustine di tè e spolverarvi il dolce. Infornare a forno già caldo a 200 gradi per 1 ora e 15 minuti. L'impasto a cottura ultimata sarà di colore bruno per la presenza del tè.

Biscotti al tè Matcha

Ingredienti:

Farina 00 - 220 gr
Zucchero a velo - 125 gr
Tuorli - 2
Uova intere - 1
Burro morbido - 160 gr
Tè Matcha - 2 cucchiaini
Sale - mezzo pizzico
Bicarbonato - 1 pizzico
Zucchero semolato per la decorazione q.b.

Il Matcha è una finissima polvere ottenuta dalla macinatura a pietra

di un pregiato tè verde giapponese, il Gyokuro.
Nel recipiente del robot da cucina o nella planetaria, mettere la farina e il tè, frullare per qualche secondo in modo che il tè e la farina siano bene amalgamati, aggiungere il burro morbido tagliato a pezzetti e frullare per 10 secondi. Aggiungere l'uovo intero, i tuorli, lo zucchero a velo, il bicarbonato e il sale. Frullare bene il tutto: la pasta dovrà risultare morbida come la pasta frolla. Mettere l'impasto in una terrina, coprirlo con la pellicola e riporlo in frigo per 1 ora.

Stendere la pasta con il mattarello su un foglio di carta da forno a uno spessore di 0,5 cm, ritagliare i biscotti con una formina rotonda dal diametro di 5-6 cm e intingere i bordi nello zucchero semolato. Posarli su una placca ricoperta di carta forno e cuocere per 10 minuti a 180 gradi (i biscotti sono pronti quando il bordo comincia a dorarsi).

Torta al tè verde Matcha

Ingredienti:

Farina 00 - 200 gr

Fecola - 150 gr

Farina di mandorle - 100 gr

Zucchero - 200 gr

Margarina di soia - 100 gr

Lievito vanigliato - 1 bustina

Tè matcha - 1 cucchiaino

Sale - 1 pizzico

Latte di mandorle q.b. (circa 250 ml)

Unire e mescolare in una ciotola gli ingredienti secchi, aggiungere la margarina e poi il latte di mandorle, fino ad ottenere una crema piuttosto densa. Imburrare una teglia, spolverla di farina, poi metteteci il composto ed infornare per circa 45 minuti. Accompagnare questa torta particolarissima e di sicuro effetto con un prestigioso tè verde.

Biscotti al tè aromatizzato

Ingredienti:

Farina - 150gr

Mandorle tritate - 50 gr

Burro di ottima qualità - 100 gr

Zucchero - 80 gr

Tuorli - 1 (salvare l'albume rimanente)

Uova intere - 1

Sale - 1 pizzico

Lievito per dolci - 1 cucchiaino

Zucchero di canna per decorare q.b.

il vostro tè o infuso preferito - 2 cucchiaini

Tritare l'infuso o il tè abbastanza finemente (non bisogna metterlo in infusione), preparare la pasta frolla amalgamando velocemente tutti gli ingredienti, compreso il tè, con la punta delle dita, impastarla brevemente, formare una palla e lasciarla riposare in frigorifero almeno per mezzora.

Stendere la pasta dello spessore di circa 1 cm e ritagliare dei biscotti della forma che più vi piace, spennellarli con l'albume avanzato e spolverizzarli di zucchero di canna.

Accendere il forno a 180 gradi. Mentre il forno raggiunge la temperatura, riporre i biscotti da cuocere in frigorifero.

Cuocere i biscotti per circa 10 minuti.

Biscotti al tè Earl Grey

Ingredienti:

Burro - 150 gr

Mandorle macinate (o meglio polverizzate) - 50 gr

Farina bianca 00 - 250 gr

Zucchero - 125 gr

Uova - 1

Vaniglia - mezza stecca

Tè Earl Grey - 2 cucchiaini

Impastare velocemente tutti gli ingredienti e aggiungere solo alla fine i due cucchiaini di tè e la parte centrale della vaniglia. Lasciare riposare in frigo per almeno 30 minuti. Togliere dal frigo, stendere su carta da forno e fare tutte le formine che più vi aggradano. Cuocere in forno a 180 gradi per 10 minuti.

Biscotti al tè Matcha e mandorle

Ingredienti:

Mandorle pelate e tostate - 200 gr

Albumi - 2

Zucchero a velo - 200 gr

Tè verde Matcha - 2 cucchiaini rasi

Pinoli per decorare q.b.

Sale - 1 pizzico

Montare bene gli albumi con il pizzico di sale e metà dello zucchero, mettere le mandorle in un mixer e tritarle finemente in una ciotola. Mescolare bene il rimanente zucchero con il tè, aggiungere le mandorle e mischiare bene tutti gli ingredienti.

In ultimo, aggiungere gli albumi montati a neve, amalgamando dal basso verso l'alto per non smontarli.

Prendere un cucchiaino di impasto e, con le mani inumidite, formare delle palline (di 10 gr circa): rotolarle nei pinoli e metterle in una teglia rivestita di carta forno ben distanziate.

Infornare i biscotti a forno preriscaldato a 160-170 gradi per 15 minuti circa.

Torta al limone aromatizzata al tè nero

Ingredienti:

(Per uno stampo del diametro di 22 cm tondo o per uno stampo da plumcake)

Farina 00 - 180 gr

Olio di girasole - 90 ml

Zucchero semolato - 175gr

Uova grandi - 2

Scorza di 1 limone

Lievito per dolci - mezza bustina

Tè nero a scelta - 1 cucchiaino colmo

Acqua - 80 ml

Sale - 1 pizzico

Per lo sciroppo:

Succo di 1 limone

Zucchero a velo - 180 ml

In un pentolino riscaldare l'acqua e aggiungere un cucchiaino di tè; lasciare in infusione 5-10 minuti. Preriscaldare il forno a 180 gradi.

In una ciotola, versare le uova, lo zucchero e il sale e sbatteteli 5 minuti con il frullino.

Unire la scorza di limone grattugiata, quindi l'olio e il tè, dopo averlo passato attraverso un colino. Continuare ad amalgamare il composto con il frullino. Unire in ultimo la farina e il lievito setacciati. Versare il tutto nello stampo imburrato ed infarinato e cuocere in forno per 30 minuti (verificare sempre la cottura con uno stuzzicadenti).

Nel frattempo che la torta cuoce, preparare lo sciroppo mettendo il succo di limone e lo zucchero a velo in una piccola casseruola e mescolare fino a quando tutto lo zucchero sarà sciolto completamente.

Una volta pronta, estrarre la torta dallo stampo, bucherellarla con uno spiedino e versare sulla torta lo sciroppo; quindi lasciarla raffreddare completamente e, a piacere, quando la torta sarà completamente fredda, cospargerla di zucchero a velo.

Cuore di mela Pink Lady al tè Cherry Cosmo

Ingredienti:

(Stampo in silicone a forma di cuore di 20-22 cm di diametro)

Mele Pink Lady - 300 gr

Farina - 160 gr

Zucchero - 150 gr

Olio di girasole - 50 ml

Tè Cherry Cosmo - 3 bustine

Acqua - 100 ml

Uova - 2

Lievito per dolci - 1 bustina

Zucchero di canna grezzo - 2 cucchiaini

Far scaldare l'acqua, spegnere il fuoco, unire le 3 bustine di tè e lasciarlo in infusione per 3-4 minuti. Sbattere le uova con lo zucchero in una terrina, unire l'olio, il tè e incorporare, poca alla volta, la farina setacciata con il lievito. Sbucciare le mele, affettarle e unirle al composto preparato, mescolando bene con un cucchiaino di legno. Versare il tutto in uno stampo di 20 cm di diametro, imburrato ed infarinato. Cospargere il dolce con lo zucchero di canna, quindi trasferirlo in forno già caldo a 200 gradi e cuocerlo per circa 30-35 minuti. Farlo intiepidire, poi trasferirlo su un piatto da portata.

Biscotti al tè Oolong Fumè

Ingredienti:

Farina senza glutine - 250 gr

Burro morbido - 150 gr

Farina di nocciole - 120 gr

Vaniglia - mezza stecca

Sale - 1 pizzico

Uova - 1

Tè Oolong Fumè - 8 gr

Mettere in un mixer il burro con il tè. Lasciarlo in infusione in frigo per circa due ore. Passate le 2 ore, mixare il burro con le farine, lo zucchero, i semi di mezza stecca di vaniglia, il sale e frullare fino a che il burro abbia assorbito totalmenete la farina. Aggiungere l'uovo. Fare una palla e metterla in frigo a riposare per un'ora. Poi stenderla col mattarello ad un'altezza di quasi 1 cm e con un coppa-pasta ricavare dei biscotti. Infornare a 180 gradi per circa 15 minuti (o fino a quando i biscotti non diventano dorati). Lasciar raffreddare.

Torta umida all'arancio e al tè nero

Ingredienti:

Arance bionde di buona misura - 4

Burro - 200 gr

Zucchero bianco - 300 gr

Farina 00 - 175 gr

Uova - 3 (che siano già fuori dal frigo, a temperatura ambiente)

Lievito chimico per torta - mezza bustina

Acqua di fior d'arancio q.b. (circa un cucchiaino da minestra)

Tè nero Yunnan Pu Erb - due cucchiaini colmi

Accendere il forno a 150°. Impastare 175 gr di burro molle con 175 gr di zucchero. Prendere un recipiente capiente e mescolarli fino ad ottenere una crema.

Quando l'impasto diventerà bello liscio, aggiungere le uova ad una ad una, mescolando bene ogni volta con la frusta.

Poi si prosegue con 175 gr di farina, e la mezza bustina di lievito.

Spremere un arancio e aggiungere il succo all'impasto. Infine, uno spruzzo di acqua di fior d'arancio.

Per avere un gusto un po' più deciso di tè nella torta, aggiungere mezzo cucchiaino di tè nero ben sbriciolato.

Imburrare la teglia con i 15 gr di burro rimasti, versarci l'impasto distribuendolo bene anche in alto sui lati (perché si gonfierà), e infornare per 40 minuti.

Mentre la torta si cuoce lentamente, preparare lo sciroppo di condimento.

Spremere le 3 arance rimaste, aggiungere i 125 gr di zucchero e mescolare con la frusta. Mettere il composto in una padella e scaldare a fuoco lento girando affinché lo zucchero si sciolga bene. Mettere dentro l'apposito filtro (di carta, garza o metallo forato) due cucchiaini di tè nero.

Quando il succo di arancio con lo zucchero sta per bollire, toglierlo dal fuoco, mettervi dentro il tè, coprire, e lasciare in infusione almeno 5 minuti. Poi eliminare il tè.

Quando la torta sarà cotta, tirarla fuori dal forno, versarci lo sciroppo caldo sopra, e lasciare il tutto raffreddare a temperatura ambiente.

Al momento di servire, fare porzioni piccole e, volendo, decorare con un po' di tè sbriciolato sopra.

FILE - Fondazione Italiana di Leniterapia Onlus

nasce allo scopo di individuare e reperire risorse umane e finanziarie per aiutare la persona malata e la sua famiglia nell'affrontare l'ultima e più difficile fase della vita. Costituita nel 2002, FILE è attiva con le sue équipes sanitarie e con i suoi volontari a Firenze e a Prato e nelle loro province per fornire assistenza completa, a domicilio e presso strutture dedicate (hospice), ai malati gravi e alle loro famiglie, operando sia autonomamente che a sostegno delle aziende sanitarie del territorio. Ogni anno FILE si prende cura di oltre 1.000 persone.

Per maggiori informazioni: www.leniterapia.it

Un ringraziamento speciale
a tutti coloro che hanno contribuito a realizzare questo libro

Pubblicazione realizzata con la collaborazione di Cesvot