

SFUMATURE

Anno 2, numero 4

Settembre, Ottobre, Novembre, Dicembre



Con i migliori auguri...

Il Natale si festeggia in tutto il mondo: in ogni paese, tutti i popoli, cristiani e non cristiani, nel mese di dicembre celebrano feste di pace, di fratellanza, di gioia e di prosperità, ciascuno secondo la propria cultura e le proprie tradizioni.

E questo succede fin dai tempi più antichi. In concomitanza con il solstizio d'inverno un lungo periodo di festeggiamenti onorava il "rinascere" del sole: le giornate cominciavano ad allungarsi, segnando il lento percorso verso la primavera, con l'augurio e la speranza di raccolti copiosi e di cibo per tutti. Così gli antichi Egizi festeggiavano la nascita del dio Horus, i Greci quella del dio Dioniso, gli Scandinavi quella del dio Frey.

I Romani celebravano Saturno, dio dell'agricoltura, con grandi feste in cui amici e parenti si scambiavano doni.

I Cristiani sostituirono i riti pagani con la festa della nascita di Gesù, figlio di Dio, portatore di pace e di salvezza per tutta l'umanità, mantenendo delle antiche tradizioni lo spirito di gioia e di speranza che la luce divina porta in ogni cuore. Per questo in tutto il mondo Natale è augurio di bontà, serenità e felicità da condividere con "tutti gli uomini di buona volontà".

Per questo la Comunità Redancia di Sanfrè porge a tutti i propri migliori auguri affinché questo Natale sia un segno di pace e di gioia per tutti noi.

Tanti Auguri.

Un abete speciale
 Quest'anno mi voglio fare
 Un albero di Natale
 Di tipo speciale,
 Ma bello veramente,
 Con centomila rami
 E un miliardo di lampadine,
 E tutti i doni
 Che non stanno nelle vetrine.
 Un raggio di sole
 Per il passero che trema,
 Un ciuffo di viole
 Per il prato gelato,
 Un aumento di pensione
 Per il vecchio pensionato.
 E poi giochi,
 Giocattoli, balocchi
 Quanti ne puoi contare
 A spalancare gli occhi...

Gianni Rodari

Da tutti gli operatori.



Sommario:

<i>Con i migliori auguri.. Tanti auguri</i>	1
<i>Mi presento Poesia</i>	2
<i>Quattro passi tra....</i>	3
<i>Recensioni</i>	4
<i>Opinioni a confronto Poesie</i>	5
<i>Fatti Nostri</i>	6
<i>La voce degli affetti</i>	7
<i>Le ricette di zia Maria Saluti</i>	8



MI PRESENTO *(la storia di Marco)*

MI PRESENTO...

Sono un uomo di 42 anni e per me la vita è stata dura. Dico questo perché soffro di una malattia che si chiama disturbo bipolare che è caratterizzata da due fasi: una, iniziale, euforica l'altra invece di forte depressione.

Ho avuto un'infanzia e un'adolescenza felice con a fianco dei genitori esemplari che mi hanno insegnato a muovermi nel mondo ed educato bene. Non sono mai caduto nel baratro della droga o dell'alcol ma nonostante questo la mia croce la sto portando. Il primo esaurimento l'ho avuto a venti anni. Ho poi fatto il militare ed ero fidanzato da due anni con una ragazza; parlavamo già di matrimonio ma a causa del secondo esaurimento ho perso sia lei che il mio lavoro.

Finalmente le cose sono però migliorate ed ho passato 10 anni in modo sereno, senza ricadute.

Avevo un bel lavoro e avevo anche coronato il sogno del matrimonio, insomma conducevo una vita normale.

Ad un certo punto però mi è caduto il mondo addosso; all'improvviso è mancato mio padre all'età di 65 anni. Non ero pronto ad affrontare la sua morte e sono crollato. Dopo circa 7-8 mesi la situazione è migliorata anche se ero disoccupato e io e mia moglie dovevamo fare dei sacrifici economici per andare avanti.

Questo periodo è durato 4 anni poi mio suocero, che per me rappresentava un secondo padre, si è ammalato di tumore al fegato. E' iniziato per me un altro brutto periodo; anche mia moglie era addolorata e confusa per l'imminente morte di suo padre e per la mia euforia e ha così deciso di lasciarmi.

Da qui in poi tra case di cura, due anni in una casa alloggio e reparti vari è iniziato il periodo più doloroso della mia vita. Sono scappato da vari posti perché lì non mi trovavo bene ma sono sempre stato aiutato e seguito dal mio medico che mi ha offerto varie opportunità. Sono così arrivato alla Redancia circa 2 anni fa.

Al mio arrivo ero nella fase euforica quindi non rispettavvo nessuna regola, andavo a Milano, a Torino o a Genova e girovagavo per le città anche durante la notte. Poi tornavo e venivo accolto affettuosamente. Così piano piano ho capito di aver trovato un posto in cui potevo vivere più serenamente anche grazie alla presenza e all'aiuto di operatori e operatrici. Si è sempre trovato uno spazio per me quando avevo bisogno di parlare e questo mi ha dato molto sollievo.

Nonostante abbia avuto e ho tuttora questa malattia io penso di aver avuto una vita ricca, intensa, costellata da molti momenti felici e da vari incontri che hanno lasciato in me una traccia positiva. Anche se non so ancora cosa aspettarmi dal futuro, penso che adesso ce la posso fare.

Marco

*Benvenuta nella mia galassia
Stella nascente,
Che brilli su di me
Che vegli
Sulla mia strada!*

Vittorio

QUATTRO PASSI TRA LE STELLE (a cura di Angy)

SAGITTARIO



SAGITTARIO: DAL 23/11 AL 21/12

Come tutti i segni dello zodiaco è un segno doppio, poiché composto di una dualità, che si esprime in come viene rappresentato : mezzo animale (cavallo) e mezzo busto di uomo che lancia una freccia (centauro). Il mezzo animale dona al sagittario un carattere un po' selvaggio e mezzo uomo centauro, quindi combattente. Governato da Giove, pianeta della fortuna, è di fatto un segno abbastanza fortunato, specialmente se i pianeti nelle case lo indicano. I nati sotto questo segno hanno gli occhi particolarmente espressivi, non profondi come quelli dello scorpione, ma coperti da un velo che li rende molto particolari. Amano molto viaggiare e di solito i nativi sotto questo segno hanno una particolare facilità ad apprendere e parlare più di una lingua. Per questo motivo spesso si incontrano sagittari tra coloro che svolgono lavori all'estero o per i quali si viaggia o che riguardano il movimento. Il sagittario odia l'ingiustizia, come la bilancia, infatti nei gruppi di persone assumono il ruolo di mediazione. Quando non ci riescono tendono a ricercare delle strategie per accomodare sempre le cose. A volte tendono invece a parlare a sproposito, senza esserne consapevoli e senza sapere di ferire qualcuno, ma questa inconsapevolezza li deve giustificare agli occhi degli altri. E' per questo motivo che gli amici dei sagittari devono saper passare sopra a questi momenti di incomprensione.

PERSONAGGI FAMOSI: Nerone, Maria Callas, Tina Turner, Brad Pitt, Vanessa Incontrada, Fabrizio Frizzi

PIETRA: Giada, ambra, agata

COLORE: Giallo e tutti i colori caldi.



CAPRICORNO: DAL 22/12 AL 22/01

Dualità anche per questo segno che si compone di mezzo pesce, la coda e mezzo caprone, il busto e la testa. I nativi di questo segno sono affidabili e ambiziosi e tendenzialmente custodiscono molte responsabilità che riguardano la casa e il lavoro. Concreti, i nativi di questo segno se la cavano in molte attività. Non amano stare in compagnia e nel frastuono, a causa del loro carattere un po' troppo introverso. I capricorno sono grandi osservatori e amano contemplare la natura e tutto ciò





che li circonda. Grandi osservatori anche di se stessi, sono sempre molto curati e attenti alla propria persona e a quello che dicono, pur fuggendo le situazioni che li mettono al centro dell'attenzione. Il loro carattere schivo, infatti li porta a non sentirsi a proprio agio in contesti dove viene loro chiesto di essere protagonisti e per questo fuggono, senza dare spiegazioni. Testoni e caparbi, vogliono arrivare molto in alto e sempre raggiungono la meta.

PERSONAGGI FAMOSI: Elvis Presley, Giovanna d'Arco, Rod Stewart, Adriano Celentano, Alberto Castagna, Manuela Arcuri, Vittoria Belvedere.

PIETRA: Onice.

COLORE: Nero

Recensioni: Il mercante di pietre

“Il Mercante di pietre” nasce dopo l’11 settembre 2001. La cultura musulmana ed il terrorismo islamico sono sviscerati con oggettivo realismo, tutto ciò di cui si narra è vero, le comunicazioni tra i rappresentanti della famosa cellula di Al Qaeda pervengono da intercettazioni della Digos.

Il protagonista, il Mercante di pietre, è un cristiano convertito all’Islam, membro di una cellula di Al Qaeda che opera tra Milano e Torino. Colto ed affascinante, entra nella vita di una coppia, seduce la donna e la usa come strumento inconsapevole di distruzione, “la colomba”. Altre volte è stata portata a termine quest’operazione che si conclude con una strage rivendicata da un messaggio terroristico postumo. Quest’ultima colomba, però, è speciale: il protagonista se ne innamora e tutto diventa assolutamente più tragico, fino all’eliminazione del Mercante stesso che proprio per questo amore diventa “non più attendibile”.

Cosa mi è piaciuto

La fotografia, la regia, la recitazione e soprattutto il realismo. Un realismo oggettivo, pacato, senza recriminazione. E’ in fondo una storia d’amore in cui si ripropone il binomio amore/morte, senza cadere in facili sentimentalismi, ma con la tragicità degli eventi che incalzano.

Cosa non mi è piaciuto

Nulla per quanto riguarda la produzione, se non un grande senso di angoscia che lascia il suo finale, tragico ed aperto ad ogni umana considerazione sulla vulnerabilità di noi tutti.

Cosa mi ha colpito di più

La frase “non tutti i musulmani sono dei terroristi, ma tutti i terroristi sono musulmani”.

Da vedere più volte, anche a distanza di tempo, per comprenderne il messaggio. E’ un film da collezionare e che non può, dunque, mancare nella cineteca di un amatore.

Roberto e Vanna

Opinioni a confronto

Il brano che Vi andiamo a proporre come spunto di riflessione per tutti è stato proposto da Graziella.

È un manoscritto risalente al 1692, ritrovato nell'antica chiesa di S. Paolo a Baltimora. Il nostro intento, attraverso questa pubblicazione, è di offrire ai lettori spunti di riflessione perché ciascuno possa confrontarsi con pensieri, opinioni e stili di vita, anche se molto differenti dal nostro vivere quotidiano, perché attanagliati dai problemi di tutti i giorni.

Visto il clima natalizio l'augurio che vogliamo farci è di credere nella possibilità di poter realizzare, anche se con fatica, anche se la buona volontà ogni tanto vien meno, un miglioramento sempre e costante o almeno ci vogliamo provare... Il timore di sentirci dare degli ingenui, buonisti e poco aderenti alla realtà ce lo siamo già detto tra di noi, ma siamo a Natale e almeno ora proviamo a credere di essere tutti più buoni... E poi sognare un po' ogni tanto non ha mai fatto male a nessuno. Buona lettura, ma soprattutto buona riflessione!

“Procedi con calma, nel frastuono e nella fretta e ricorda quale pace possa esservi nel silenzio.

Per quanto puoi, senza cedimenti, mantieniti buoni rapporti con tutti. Esponi la tua opinione con tranquillità e chiarezza e ascolta gli altri: pur se noiosi e incolti, hanno anch'essi una loro storia.

Evita le persone volgari e prepotenti: costituiscono un tormento per lo spirito. Se insisti nel confrontarti con gli altri rischi di diventare borioso e amaro, perché sempre esisteranno individui migliori e peggiori di te.

Godi dei tuoi successi e dei tuoi progetti. Mantieni interesse per la tua professione, per quanto umile: essa costituisce un vero patrimonio nella mutevole fortuna del tempo. Usa prudenza nei tuoi affari, perché il mondo è pieno d'inganno. Ma questo non ti rende cieco a quanto vi è di virtù: molti sono coloro che perseguono alti ideali e dovunque la vita è colma di eroismo. Sii te stesso. Soprattutto non fingere negli affetti, non ostentare cinismo verso l'amore, perché, pur di fronte a qualsiasi delusione e aridità, esso resta perenne come il sempreverde.

Accetta docile la saggezza dell'età, lasciando con serenità le cose della giovinezza. Coltiva la forza d'animo, per difenderti nelle calamità improvvise.

LA MJA FORZA

*Sono una
vecchia quercia
che solo un vento
Fortissimo
Può abbattere.
Il mare
Dentro di me
È in tempesta
In burrasca
Sono al limite,
Al limite...
Che supererò,
Se solo mi stai accanto!*

Carlo



JO, VORREJ

*Questa notte brillava
La stella maggiore d'oriente.
Dinnanzi i lunghi giorni di sole,
Passati...
Sono solo con me stesso,
Ma ho fede in Dio,
e prima o poi
Ci ritroveremo
Tutti insieme
Voleremo su ali d'aquila.
Che vorrei trasformarmi anch'io,
Vorrei avere due ali soltanto,
Per volare in alto
Per raggiungere il cielo
E da lassù...
Sognare!*

Carlo

(Continua da pagina 5)

Ma non tormentarti con delle fantasie: molte paure nascono da stanchezza e solitudine.

Al di là di una sana disciplina, sii tollerante con te stesso.

Tu sei figlio dell'universo non meno degli alberi e delle stelle, ed hai pieno diritto di esistere.

E, convinto o non convinto che tu ne sia, non v'è dubbio che l'universo si stia evolvendo a dovere. Perciò stai in pace con Dio, qualunque sia il concetto che hai di Lui.

E quali che siano i tuoi affanni e aspirazioni nella chiassosa confusione dell'esistenza, mantieniti in pace con il tuo spirito. Nonostante i suoi inganni, travagli e sogni infranti, questo è pur sempre un mondo meraviglioso. Sii prudente. Sforzati di essere felice.



FATTI NOSTRI: il gruppo *Discussione*

Il gruppo discussione...”parole vive”

Il gruppo discussione nasce in maniera ufficiale pochi mesi fa, su richiesta di un gruppo di ospiti della comunità che ha espresso il bisogno di avere uno spazio di confronto e di riflessione.

Il gruppo si svolge una volta alla settimana ed è composto da circa 4-5 persone. I temi da affrontare di volta in volta vengono decisi dal gruppo: ognuno propone un argomento ed insieme si sceglie quale “utilizzare”.



Allo stato attuale, definirei il gruppo in fase “sperimentale”: è uno spazio delicato, dove ognuno porta i propri pensieri, le proprie esperienze, i propri vissuti ed è pertanto difficile da gestire ed è difficile per i partecipanti imparare ad utilizzarlo in modo adeguato. Raccontarsi in gruppo è assai diverso dal raccontarsi in un colloquio “individuale”: c'è l'imbarazzo, c'è il timore del giudizio degli altri, ma c'è anche la possibilità di confrontarsi, di sentirsi meno soli, di percepire la vicinanza autentica di qualcuno che ha vissuto esperienze e dolori simili. Capita spesso che qualcuno parli del suo dolore, del suo star male, facendo fatica ad uscire da quelle sensazioni e non è mancata volta nella quale qualche ospite non si sia fatto carico di quelle parole, di quelle lacrime o di quella rabbia: con una parola di conforto, un abbraccio o semplicemente con uno sguardo “intimo”, delicato, lo sguardo di chi è vicino anche nel silenzio.

Finora i temi trattati sono stati quelli della malattia, dei farmaci, del rapporto con gli operatori e gli ospiti all'interno della comunità, delle aspettative per il proprio futuro. Ritengo che questo gruppo rappresenti molto bene quella che è la vita nella comunità: un gruppo di persone insieme, vicine non solo fisicamente, ma anche emotivamente, che, con il sostegno di un operatore, cercano di affrontare le loro difficoltà, i loro dolori, le loro paure, ma non solo. Il gruppo e la vita della comunità sono fatti anche di sorrisi, di risate, di momenti di tenerezza.

(Continua a pagina 7)

La voce degli affetti

*Ieri ti ho pensato, ti ho pensato tanto che ho sentito il bisogno di farti un regalo.
Poi ho pensato non solo ad un regalo, ma a vari, ho pensato cose che a te piacesse oltre che ad essere utili.
E così che mi sono alzata più presto e sono andata a comprare tutto ciò che immaginavo.
Ho comprato: sole, stelle, vento e rugiada e solo cinque grammi di lacrime di pioggia.
Ho comprato un pacco di ragione per mischiarlo ad un altro di sentimenti!
Ho comprato sincerità, perchè sempre ti sia utile.
Nel negozio c'era una bottiglia enorme di comprensione, dato che il negoziante ha detto che si vendeva poco ho deciso di comprarla tutta.
Ho comprato anche romanticismo e gentilezza, perché tu possa usarli con le persone care.
Nel negozio c'era pure una bottiglia di orgoglio, non te l'ho comprata perché penso che non ti sarà utile.
Ho comprato invece tre scatole d'amore e di pace e anche una piena di speranza, perché tu possa usarla quando credi che tutto sia perduto.*

*Sai, nel negozio ho visto qualcosa di molto triste, ho visto molta gente che comprava solitudine...
Tanta era la vendita di questo prodotto, che è finito subito.
Io invece ti ho comprato due enormi pacchi di amicizia e fratellanza e alla fine ti ho comprato un "grande cuore", per contenerci tutti i regali.
Ora te li mando con tutto il mio affetto, augurandoti una felice giornata e che sul tuo viso risplenda sempre questa piccola confezione di sorrisi che ti ho comprato.*

Per Carlo, lettera da un'amica



FATTI NOSTRI: il gruppo *Discussione*

(Continua da pagina 6)

La conduzione di questo gruppo mi stimola molto: vedo i "ragazzi" in una dimensione terapeutica diversa, spesso mi sento in difficoltà nel modulare i loro interventi, provo a tratti il desiderio di spostare le loro parole su argomenti più leggeri, ma poi penso a quanto sia grande il loro bisogno di "tirare fuori", di cercare delle risposte, di pensare con qualcuno.

Io sono un'amante della poesia, della letteratura, delle parole e questo gruppo, come l'essenza del mio lavoro, è fatto di parole: parole pronunciate con il cuore, con i sentimenti, parole in grado di emozionare e di far sentire vivi, parole condivise, parole spesso confuse, frammentate, ma non per questo meno intense, parole che cercano accoglienza.

Valeria Ghiglione

"Muore la parola

Appena è pronunciata:

così qualcuno dice.

Io invece dico

Che comincia a vivere

Proprio in quel momento."

E. Dickinson





GRUPPO REDAZIONE

Le ricette di Zia Maria DOLCE AL LIMONE

Burro 100gr.
Zucchero 100 gr.
Farina 250 gr.
Latte 200 ml.
2 uova
1 bust. Lievito per dolci
50 g5 di frutta candita
60 ml di crema al limone

Angelo P.
Carlo A.
Roberto M.
Maurizio A.
Graziella A.
Marco D.
Vittorio P.
Stefania F.
Vanna B.
Maria G.
Valeria G.
Nadia A.

Imburrate uno stampo per dolci da 14 x 21 cm e foderatelo con un foglio di carta da forno
Mescolate il burro, la scorza di limone, lo zucchero, le uova, la farina con il lievito ed il latte in una terrina.

Lavorate gli ingredienti con lo sbattitore elettrico fino a quando otterrete un composto vellutato.

A questo punto, incorporate la frutta candita.

Mescolate bene e distribuite il composto a cucchiaiate nello stampo, versandoci sopra la crema al limone e spalmandola con la lama di un coltello.

Infornate a 160° per un'ora. Togliete il dolce dal forno e rovesciatelo a raffreddare sulla gratella.

Servite subito in tavola.



Saluti



Mi chiamo Maurizio, vorrei concludere il giornalino con dei ringraziamenti: ringrazio la mia equipe, formata dalla dottoressa Tombesi, dal dottor Ferrero e dalla dottoressa Fogliato, per essermi stati vicini nel mio percorso, non tanto semplice da seguire. In questi 30 mesi hanno continuato a credere nella mia persona, il Maurizio che ero prima della malattia, arrivata a 18 anni; ringrazio per le cure che mi hanno dato e per non aver lasciato che mi arrendessi di fronte agli ostacoli incontrati nel mio percorso. Vorrei inoltre ringraziare in particolar modo la dottoressa Bonfanti, che fino all'anno scorso è stata la mia dottoressa curante; e infine la dottoressa Aimasso, anche lei ha fatto parte della mia equipe e nonostante non lo sia più continua ad essere un punto di riferimento molto importante per me. Grazie a tutti voi, siete entrati a far parte della mia vita, non dimenticherò mai tutto il lavoro e l'impegno dedicato alla mia persona.

Un saluto da parte mia a tutti gli amici che ho conosciuto in questo cammino comunitario che hanno finito prima di me, ora molti svolgono una vita regolare all'esterno della comunità, a casa loro, in altre strutture, in appartamento o inseriti in altri progetti.

Vorrei concludere dicendo ai miei attuali "compagni di viaggio" di tenere duro, perché anche loro hanno iniziato un percorso che cambierà le loro vite, che proseguiranno un giorno in un altro posto, con le loro famiglie o con quelle che si costruiranno.

Grazie a tutto il personale della Redancia di Sanfrè per essere vicini a noi ragazzi, sfortunati per aver incontrato una brutta malattia durante il cammino della nostra vita. Ringraziando Dio, e grazie alle cure e ai dottori, abbiamo la possibilità di stare meglio e spesso di guarire: l'importante è crederci, crederci sempre, e la vita ci riapre le braccia.

Auguri a tutti.

Maurizio.

Buon
Natale
e Felice
Anno Nuovo

