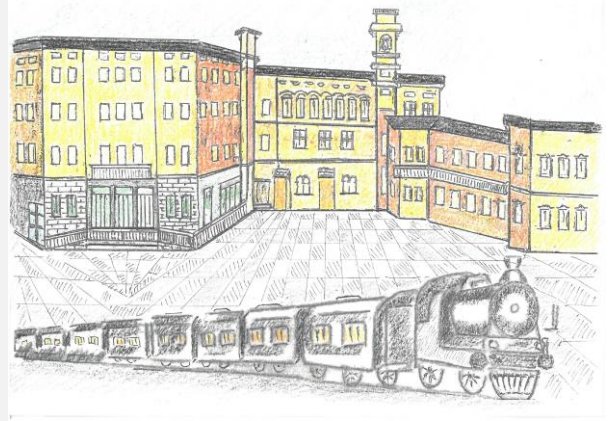


**Casa di Riposo di Vercelli, PIAZZA MAZZINI, 15**

## **BOSCO D'AUTUNNO**

*N. "QUARANTASETTE", FEBBRAIO 2025*



*Sono come dei saggi alberi che si tengono per mano  
grazie alle radici intrecciate ed alle vicine chiome diradate,  
scaldati dai caldi colori del tramonto, e nelle ombre lunghe dell'autunno:  
sono i nostri amati vecchi, gli abitanti di questa Casa comune.*

### **LA VITA: UNA CAMMINATA IN MONTAGNA** (parte tre)

Dopo un tempo adeguato per riflettere sui contenuti della prima parte del GIORNALINO nei due numeri 43 e 44, con il paragone della vita, nei suoi tempi difficili, alla necessità di imparare a preparare lo zaino affinché contenga tutto il necessario per la salita difficile, cioè non sia vuoto del necessario (per renderlo leggero), ma nemmeno troppo pesante (perché riempito di cose anche inutili nell'ansia che tutto possa servire), siamo ora arrivati verso le ultime curve della

## BOSCO D'AUTUNNO

salita alla vetta. Non la vediamo ancora, ma ci hanno detto che si intravede già qualche segno dell'arrivo: l'età molto avanzata, una serie di patologie che tengono allettati, la non più voglia di fare cose nuove, di vedere un film o nemmeno di passare tempo con persone che ci stancano, o di sentire parenti lontani (al più i figli più vicini, qualche nipote più caro); senza parlare della non voglia di tenersi in ordine: basta parrucchiera, pettini, abiti diversi dalla tuta o del pigiama, sufficienti.

E cosa capita, tuttavia, in quelle lunghe ore a guardare apparentemente il nulla? Che i pensieri vagano: non è vero che vagano solo su cose ripetitive, il più delle volte il pensiero non si ferma nel nulla, ma sulle possibilità di senso che nella vita abbiamo perduto, o il dolore procurato. Perché non le offese subite amareggiano la sera della vita, ma più spesso le decisioni sbagliate, le cose sempre rimandate.

Ricordo ad esempio una donna di oltre 90 anni che mi raccontò come nei disordini della Seconda Guerra Mondiale era dovuta scappare in un altro paese, perché le truppe nemiche avevano incendiato la sua casa paterna con tutto ciò che c'era dentro. Ma cosa le pesa ancora oggi, 80 anni dopo? Non i tappeti bruciati, non le cassapanche dipinte dal nonno e distrutte, e nemmeno il fatto di aver perduto la loro terra con l'orto dove teneva le sue patate da ortolana-bambina. Tutto questo era stato superato da tempo. Ma in casa con loro c'era un cagnolino,



il suo cucciolo, che dava a tutti tanta gioia, ed ancora oggi l'anziana signora si domanda se allora, quando guardava dietro le spalle la casa in fiamme mentre fuggivano, lei non avesse potuto prendere il cane, magari in un foulard, e portarlo fuori e condurlo con loro. Ella si domanda ancora se lì ci sia stata una possibilità di senso della vita, la sua e non solo, una possibilità di fare qualcosa di significativo che lei non aveva colto. E nonostante tutto il resto perduto, questo le pesa ancora dopo ormai 80 anni: non tanto il perduto, ma il significativo non fatto. Dal punto di vista dell'igiene psichica, questo è il migliore antidoto per, e nella vecchiaia: *chi vive responsabilmente può aspettare tranquillamente la vecchiaia, ed anche la morte.*

I momenti della vita sbagliati, invece, o quelli non colmati, pesano sulla coscienza, in particolare su quella della persona anziana: non avrà più forse tanto tempo per colmarla nuovamente. Ecco perché filosoficamente si dice: vivi come se dovessi cominciare a vivere una seconda volta, ed avendo la certezza di aver sbagliato tutta la prima temessi di sbagliare anche la seconda.

Per esemplificare pensiamo ad un gruppo di bambini invitati un pomeriggio a lavorare la creta, diciamo dalle 4 alle 6. Ogni bambino plasma qualcosa di concreto dalla sua creta, tranne uno che giocherella, pasticcia, poi la mescola ancora, poi ne fa una palla, poi... alle 6 meno 10 tutti i bambini stanno completando contenti il loro lavoro, tranne quel bambino: per lui che manchino solo dieci minuti è una tragedia. Diventa nervoso, modella la sua creta, vede che non ha più tempo per fare qualcosa

di finito... per questo bambino il tempo quasi finito è un dramma, per gli altri invece no, perché essi hanno usato il tempo per completare la loro opera e consumato utilmente la loro creta. L'analogia con la vita dell'adulto e dell'anziano è fin troppo severa, ma questa è la vita dell'uomo, soprattutto quando l'arrampicata alla vetta sembra volgere proprio alla vetta stessa. Prezioso allora il lavoro del caregiver (in senso lato: familiari, OSS, infermieri, educatori, animatori, psicologi): aiutare l'anziano a prendere il coraggio per completare il "significativo" incompleto e permettere alò momento giusto ad ogni anziano di giungere alla sensazione intima di poter dire - al raggiungimento anche improvviso della vetta -: "Tutto è compiuto...", ora posso anche andarmene.

Ancora una riflessione ci accompagni nel nostro lavoro quotidiano coi "nonni": se nulla grava di più sulla coscienza delle possibilità di senso che non sono state realizzate, nella vecchiaia per quasi tutti una possibilità ancora c'è e dev'essere spesa: *perdonare e cancellare le reciproche colpe*. Ma questo fa parte dei compiti da svolgere nel tempo che resta, e qui affermo dappprincipio quanto segue: anche se si dice che dare da fare qualcosa è utile per vivere attivamente la vecchiaia, sia chiaro che i compiti anche l'anziano stesso se li deve dare, non devono essergli imposti. Ma qui entriamo in un nuovo capitolo, e per affrontarlo abbiamo bisogno del prossimo GIORNALINO.

## SCRITTORI DI CASA

*A cura di Osvaldo C.*

*Continuiamo ad offrire ai lettori alcuni scritti del nostro Ospite, il “giovanissimo”, vivace e fervido 103enne, **Osvaldo C.** Di lui abbiamo già detto negli ultimi numeri del nostro GIORNALINO, ed abbiamo cominciato a donare ai lettori alcuni pensieri fra le centinaia (possiamo dire anche di più...) da lui scritti e custoditi in circa una ventina di grandi Quaderni “Pigna” scritti in maniera regolare e per molta parte della sua vita. Ma non solo ha scritto tanto: ha tutto riempito in modo fitto e, come pensiero e chiarezza dell'espressione delle sue volontà, molto molto lucido.*

I proverbi li chiamano la  
sapienza dei popoli. - Infatti  
i proverbi sono nati da antichi  
accunti profonde, profumate  
e attente osservazioni popolari.



## BOSCO D'AUTUNNO

La minima è la scienza dei  
muti e degli involti.

Loi ointa, ad esprimersi e portare  
e a farsi capire più con i gesti  
che con le parole e i vocaboli.

1978

I popoli che accettano e tolle=  
rano passivi le società capitaliste  
con le sue torture, e le reli=  
gioni con le sue gerarchie; di=  
mostrano chioni segni di ar=  
resteranno mentate le di igno=  
ranza propagandabile di tempi  
del mistero

Aspettati tempo le rapine, e  
le accuse e i petrolieri più presenti  
da chi vive nell'ingiusto e  
nell'oscurità.

Nessuno è mai tanto vecchio  
o malato da disporre di vivere  
a meno ancora un giorno

## BOSCO D'AUTUNNO

Quando i figli esprimono giudizi sui loro genitori sono sempre spietatamente asprati e estremisti.

ma forse la colpa è dei genitori che non trovano il tempo e sapeva l'opportunità di aprirsi e di dialogare con i figli.

Quando una madre non sente amore e rispetto e a volte anche lontananza, non l'amore e rispetto e a volte per tutta la vita e niente potrà salvarla.

Sapete, da cento contraddizioni potresti tirar fuori un buon numero di interpretazioni; ma da cento interpretazioni non ti sarebbe mai possibile tirar fuori un buon contraddittorio.



### VITA DI CASA

Durante lo scorso mese di Gennaio siamo stati individuati dalla Scuola Professionale “B. Lanino” di Vercelli – Diploma in Servizi Sociali – per ospitare due gruppi di Studenti per effettuare il loro Tirocinio annuale. Lo scorso anno lo avevano effettuato presso il Nido, coi bimbi, e quest’anno presso le RSA con gli anziani. Sono venuti in due settimane differenti, per otto ore al giorno, dal lunedì al venerdì. Nel primo gruppo c'erano **Matilda, Salwa, Davide**, la settimana successiva è venuto **Ivan**.

Tutti e quattro sono stati disponibili ed affabili con gli Ospiti, partecipando alle attività assistenziali e di animazione attive nei vari giorni della settimana. Hanno ben interagito tra di loro e nei confronti del personale con cui erano al lavoro, e speriamo che il tempo trascorso tra di noi abbia loro permesso di conoscere la realtà della RSA nei più ampi aspetti di cui è composta. Di seguito presentiamo gli scritti che i ragazzi hanno elaborato al termine del loro Stage.

***Grazie, ragazzi!***

***Matilda, Salwa, Davide***



## **Un'esperienza di vita e solidarietà: il nostro stage alla casa di riposo**

Durante il nostro stage alla casa di riposo, abbiamo vissuto un'esperienza che ha lasciato un segno profondo nel nostro percorso di crescita. Non si è trattato solo di un'attività di tirocinio, ma di un vero incontro con storie di vita che ci hanno insegnato il valore della pazienza, dell'ascolto e della solidarietà. Questo periodo trascorso accanto agli ospiti ci ha arricchiti in modi che non avremmo mai immaginato

## **Un'opportunità di crescita e scoperta**

Il nostro primo impatto con la casa di riposo è stato carico di emozione. La distanza tra le nostre generazioni ci sembrava enorme e, inizialmente, non sapevamo bene come relazionarci con gli anziani. Tuttavia, ben presto abbiamo capito che non servivano grandi discorsi: l'empatia e la disponibilità ad ascoltare erano ciò che contava davvero.

Abbiamo preso parte a diverse attività: aiutare gli ospiti a mangiare, chiacchierare con loro, dedicare del tempo alle loro passioni, come giocare a tombola o colorare. Ogni piccolo momento trascorso insieme si è rivelato prezioso.

Uno degli incontri più toccanti è stato quello con Osvaldo, un anziano di 103 anni, che ci ha raccontato della sua vita. La sua voce tremava mentre rievocava i ricordi, ma nei suoi occhi brillava una luce di speranza che ci ha profondamente colpiti. Quel racconto ci ha fatto riflettere sulla forza e sulla resilienza di chi, pur avendo attraversato tante difficoltà, riesce ancora a trasmettere un'energia incredibile.

## **Emozioni e difficoltà: la bellezza dei piccoli gesti**

All'inizio, interagire con alcuni ospiti è stato complicato, soprattutto con coloro che avevano problemi di memoria. A volte ripetevano la stessa domanda più volte e

questo ci faceva sentire impotenti. Con il tempo, però, abbiamo capito che anche la ripetizione aveva un significato: offriva loro un momento di compagnia e rassicurazione. Anche un semplice gesto, come stringere la mano di un ospite che magari non ricordava più il nostro nome, diventava fondamentale per farlo sentire meno solo.

Un episodio che ci ha particolarmente segnato è avvenuto un pomeriggio, mentre aiutavamo le OSS ad alzare gli ospiti. Mentre li accompagnavamo in salone, un'anziana signora, Silvana, ci ha guardato e, con un sorriso, ha detto: "La famiglia, le OSS e le infermiere si occupano di noi perché è il loro lavoro. Voi, invece, ci volete bene anche se non è il vostro lavoro."

Quella frase, semplice ma profonda, ci ha fatto comprendere quanto il nostro tempo e la nostra attenzione fossero davvero preziosi per loro.

### **Le lezioni che porteremo con noi**

Questa esperienza ci ha insegnato che non sono sempre le grandi azioni a fare la differenza, ma i piccoli gesti compiuti con il cuore. Abbiamo imparato a guardare oltre le difficoltà, a conoscere le persone attraverso il loro vissuto e a dare valore al tempo che si dedica agli altri. Siamo diventati più sensibili, più attenti ai bisogni di chi ci circonda e più consapevoli dell'importanza della collaborazione.

Guardando indietro, il nostro stage alla casa di riposo è stato molto più di un'esperienza formativa. È stato un viaggio che ci ha arricchiti profondamente, facendoci comprendere il valore dell'ascolto, della cura reciproca e della solidarietà tra generazioni. Le storie che abbiamo ascoltato, le mani che abbiamo stretto e i sorrisi che abbiamo ricevuto sono tesori che porteremo con noi per sempre.

***Matilda, Salwa, Davide***

## BOSCO D'AUTUNNO

Giornalino

dei tiratori che hanno  
preceduto quest'ultimo

Impressioni

Sarei rincarato, come ad altre parti altamente premiato nello svolgere questo tirocinio: in questo tipo di esperienza non abituato a non imparare quasi nulla e a stare fermo tutto il tempo <sup>esiste</sup> fermo sul posto, ma dopo pochissimo tempo dovetti ricredermi. Venni accolto molto calorosamente da due coordinatori e dipendenti della casa, e ho imparato che non è una cosa così scontata. La prima cosa che mi fu ~~data~~ ordinata non è stata lavorare, imparare, o qualsiasi cosa riguardante il negozio, ma fare selezione, cosa che in un altro tirocinio non mi avrei mai permesso neanche di sognare... questo fa comprendere come il lato umano sia molto presente. Dopo di che, mi vennero mostrate le stanze dei negozi e delle negozi, <sup>quelli</sup> quelli mi sembravano coloratamente tanto quanto gli altri. Le D.S.S. mi richiedevano in ogni cosa che ~~fissi~~ <sup>osservassi</sup> osservandomi e supponendomi in ~~ogni~~ <sup>tutto</sup> ~~il~~ <sup>il</sup> ~~facendo~~ <sup>facendo</sup> ~~il~~ <sup>il</sup> ~~cosa~~ <sup>cosa</sup> ~~brava~~ <sup>brava</sup> che dopo pochissimo ore di lavoro non se ne fu più bisogno, anche se non incerto se denominare "lavoro" o meno, perché faticoso per me non lo fu proprio. Le persone che vengono assunte normalmente sono molto leggere, piene di benevolenza e di serenità, fatte <sup>naturalmente</sup> ~~naturalmente~~ in una struttura dove vengono maltrattati i preziosi difetti, questo era la mia paura più grande, in quanto più volte mi è capitato di imbattermi in cose di riparo ~~nel~~ <sup>nel</sup> ~~qual~~ <sup>qual</sup> "per professionisti" all'infuori dei miei tiratori, ma come già esplicitato all'interno del testo, mi ricredetti poco dopo, e posso confermarlo pienamente ora che il mio lavoro è quasi giunto al termine. Mi dispiace non poter rimproverare tutti come veramente vorrei e dovei, se ne avessi la possibilità, tornerei ricorrendo a fare qui il mio prossimo tirocinio.

Disincantato

Yoon Moozi

## BOSCO D'AUTUNNO

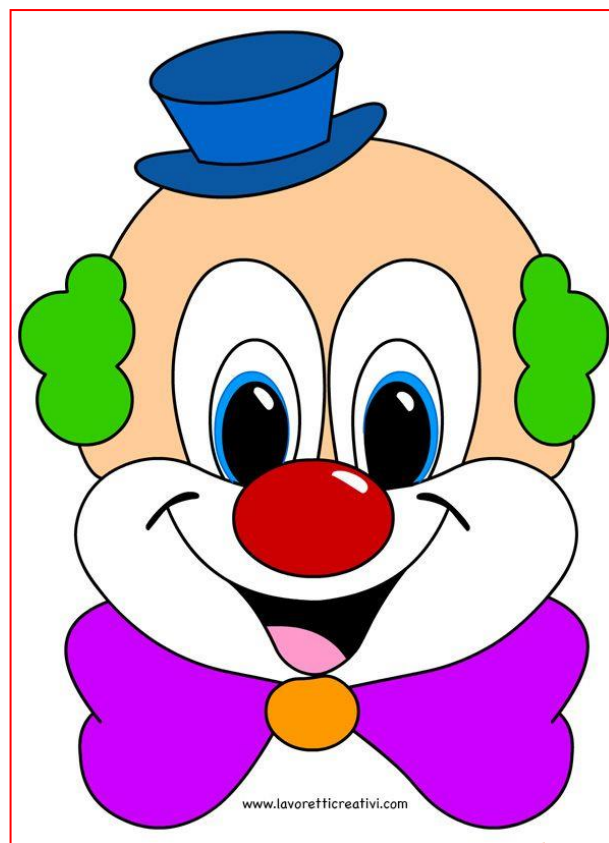
Mentre i 4 ragazzi erano qui per il loro Stage, sono continuate le vitali attività di Casa, come il Laboratorio di Disegno e Pittura per preparare gli addobbi con cui adornare i Saloni nei vari tempi dell'anno vissuto in RSA: ora è ancora il tempo del carnevale, ma già si sta preparando per la Primavera e la Pasqua.

Proprio durante il Carnevale, poi, abbiamo giocato una speciale TOMBOLA DEL CARNEVALE... e cioè?

Cioè l'uso delle Cartelle era come al solito, ma i premi erano mischiati perché...A CARNEVALE OGNI SCHERZO VALE. Cioè i 25 premi (5 ambi, 5 terni, 5 quaterne, 5 cinque e 5 tombole) non erano come al solito preparati dal più piccolo al più grande, ma 25 sacchetti con i premi mischiati, non visibili dall'esterno, e sopra ciascuno un numero da 1 a 25. In un sacchetto a parte vi erano 25 bussole della Tombola da 1 a 25 e man mano che venivano fatti gli ambi, i Terni e così via, il vincitore era invitato a prendere un bussolotto dal sacchetto, ed a lui veniva consegnato il sacchetto con il premio dal numero corrispondente. Risultato? Che poteva capitare che l'ambo fosse più "prezioso" della Tombola e magari viceversa.

Per un po' non hanno ben colto il senso ironico del tutto, ma dopo aver spiegato qualche volta il meccanismo ed il suo senso ludico, arrivati alla Quaterna possiamo dire che avevano compreso ed accolto!

## BOSCO D'AUTUNNO



## BOSCO D'AUTUNNO



...ed ogni GIOVEDÌ dalle 16 alle 17, continuano con Antonella e Gianni gli incontri di TAI CHI DELL'ACQUA.

Al proposito questo ci scrivono i nostri due insegnanti:

*“Siamo Antonella e Gianni, insegnanti di Taiji Quan e Qi Gong.*

*Il giovedì pomeriggio, in via amichevole e su base volontaria intratteniamo gli ospiti della Casa di Riposo di Vercelli con semplici esercizi basati su movimenti che non implicano troppo impegno muscolare e che si ispirano a queste discipline.*

*Il Taiji (Tai Chi) Quan, definito come la disciplina attraverso la quale “il vecchio vince il giovane e il debole vince il forte” è detto anche “la danza del guerriero” nonché “Tecnica di Lunga Vita”.*

*Questa arte marziale cinese di difesa, non basata sulla forza muscolare, sfrutta la forza di gravità e la scioltezza dei movimenti. Essa si basa sui principi derivati dalle filosofie Taoista, Confuciana e Buddista del “lasciare scorrere” qualsiasi tipo di evento, anche ostile, senza contrastarlo e allontanandolo da noi.*

*Il Qi Gong che fa parte della pratica del Taiji ha una origine risalente a migliaia di anni fa e si prefigge di dare benessere risvegliando l'energia nascosta in ciascuno di noi.*

*Gli esercizi che proponiamo ai nostri “nonni” sono derivati dalla nostra esperienza e dagli insegnamenti dei nostri Maestri, primo fra tutti il dottor Wang Zhi Xiang di Shanghai, medico di medicina tradizionale cinese e caposcuola del “Taiji dell'acqua” nonché rinomato calligrafo.*

*È grazie al maestro Wang ed al suo primo allievo Isidoro Li Pira che ci siamo appassionati a questa pratica al punto da ottenere nel corso di vent'anni di studio la qualifica di “Operatori in Discipline Olistiche per la Salute” (specialità Taijiquan e Qi Gong) che ci permette di operare anche nell'ambito di strutture pubbliche.*

## BOSCO D'AUTUNNO

*I “nonni” della Casa di Riposo mostrano di gradire i nostri incontri settimanali e con grande gioia e soddisfazione da parte nostra non possiamo che ammirare e ricambiare l’impegno con cui ci seguono.*

*Ringraziamo i Responsabili della Struttura per averci dato la possibilità di riprendere questa attività che già svolgevamo da anni come membri di una associazione di volontariato, ora sciolta, prima che il COVID cambiasse molte cose...”*



### LETTORI DI CASA

*A cura di Marinella C.*



Il racconto del viaggio in motocicletta, ricco di descrizioni particolareggiate, è intercalato da digressioni di carattere filosofico. In questo modo si viene a delineare un'architettura complessa del romanzo, che si risolve in due piani di narrazione: l'uno descrittivo e l'altro di indagine filosofico-spirituale.

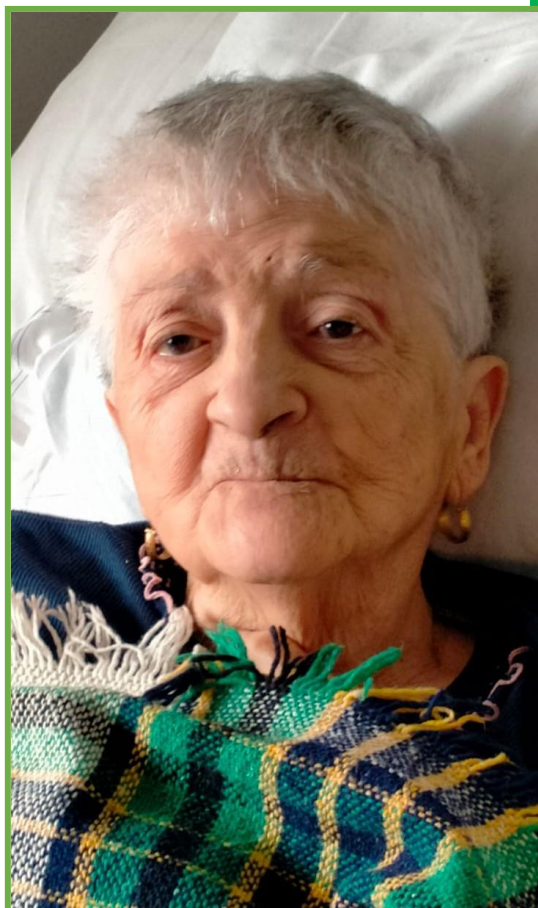
Nel libro vengono sviluppati i primi elementi di quella che in seguito Pirsig avrebbe battezzato metafisica della qualità. Mentre il protagonista elabora questa teoria, è impegnato anche nella assidua ricerca del proprio io primitivo, *Fedro*, quella parte della sua personalità che lo aveva già condotto in precedenza sull'orlo della follia e che era stata sepolta dalla terapia con elettroshock, ma che durante il viaggio preme prepotentemente per riemergere.

## BOSCO D'AUTUNNO

"Lo Zen e l'arte della manutenzione della motocicletta" è un libro di Robert M. Pirsig del 1974 uscito in italiano nel 1981. Il romanzo è una sorta di autobiografia di un viaggio (reale e metaforico) in cui l'autore e il figlio Chris attraversano in motocicletta gli Stati Uniti dal Minnesota alla California, assieme ad un'altra coppia di amici. Il racconto del viaggio in motocicletta, ricco di descrizioni particolareggiate, è intercalato da digressioni di carattere filosofico. In questo modo troviamo due piani di narrazione: l'uno descrittivo e l'altro di indagine filosofico-spirituale. Il protagonista è impegnato anche nella assidua ricerca del proprio io primitivo, Fedro, quella parte della sua personalità che lo aveva già condotto in precedenza sull'orlo della follia e che era stata seppellita dalla terapia con elettroshock, ma che durante il viaggio preme prepotentemente per riemergere. La storia della vita del protagonista - l'autore stesso - viene rivelata durante l'opera, ed è proprio il senso della ricerca che domina il racconto. Ricerca della propria personalità perduta da un lato e dall'altro nel principio alla base dell'essere nella metafisica della qualità. Il protagonista in passato si era interessato di filosofia - benché insegnasse retorica in un college e dal romanzo si capisce che questa ricerca metafisica lo abbia gettato nel vortice della follia: è questo il motivo per cui si rivela così restio a riprendere le sue indagini filosofiche. La metafisica della qualità - MQA - formulata da Robert Pirsig ci ricorda la labilità dell'esistenza e perché, nonostante tutto, deve essere importante per noi. Pirsig dice: «Io ho la tendenza a fissarmi su un problema filosofico e a girarci intorno in cerchi sempre più stretti che, alla fine, o fanno saltar fuori una risposta oppure diventano così involuti, così ripetitivi, da essere pericolosi per la mia salute mentale:». - E in tutto questo la manutenzione della motocicletta? - Oltre a mantenere in forma la mente, guidare una moto offre anche benefici fisici. Gli studi dimostrano che la postura e il movimento necessari per guidare migliorano l'equilibrio e la forza muscolare, il costante controllo del mezzo aiuta a sviluppare i riflessi e la coordinazione mano-occhio. Questa volta il protagonista ha però a sua disposizione un'ancora,

il figlio Chris, che gli darà coraggio e forza d'animo per affrontare i terribili quesiti alla base dell'essere e sopportare le incredibili visioni e i paesaggi che si dipanano davanti agli occhi di un iniziato alla metafisica della qualità. Si pone domande come che cosa è la realtà, che cosa è buono, che cosa è giusto, e propone sorprendenti conclusioni su ciò che è la vita e sull'esistenza. A metà tra la filosofia, la cultura pop e un manuale di meccanica, il libro di Pirsig fa innamorare della moto, ma anche delle curve della vita.

***COMPLEANNI FEBBRAIO 2025***



**LYDIE 03 FEBB**

**ANNI 88**



**LUCIA 03 FEBB**

**ANNI 59**

**STELLA 08 FEBB**

**ANNI 86**



## BOSCO D'AUTUNNO

**RITA 26 FEBB**

**ANNI 75**



**GIOVANNA 28 FEBB**

**ANNI 86**

**ANNA 28 FEBB**

**ANNI 90**

