



PREMIO LETTERARIO  
federica le parole della vita

**ROPI**  
RETE ONCOLOGICA PAZIENTI ITALIA

# RACCOLTA DI POESIE E RACCONTI





PREMIO LETTERARIO

**Federica**  
**“Le parole della vita”**

8<sup>a</sup> edizione  
2023

*Raccolta di poesie e racconti  
dei vincitori*



# INDICE

INTRODUZIONE 7

## POESIE E RACCONTI DEI VINCITORI

### POESIE - SEZIONE A: PAZIENTI

- Barbara Livian 15  
- Michela Lovato 21

### POESIE - SEZIONE B: FAMILIARI DI PAZIENTI E OPERATORI SANITARI

- Girolamo Meneghesso 29  
- Lucio Rinaldini 31

### RACCONTI - SEZIONE A: PAZIENTI

- Enrica Mengato 35  
- Michela Zimbardi 43

### RACCONTI - SEZIONE B: FAMILIARI DI PAZIENTI E OPERATORI SANITARI

- Orietta Bellomo 49



# INTRODUZIONE

La Rete Oncologica Pazienti Italia - ROPI ha indetto per il 2023 l'ottava edizione del Premio Letterario "Federica- Le parole della vita" dedicato a una donna simbolo di tutti i pazienti oncologici che durante la malattia oncologica continuano a vivere e progettare la loro vita.

Questo premio desidera incentivare e valorizzare la magia delle parole dei molti pazienti che hanno affrontato o stanno affrontando il percorso di cura, con l'obiettivo di raccontare, in versi o in prosa, la propria esperienza di vita con la malattia per affrontare meglio le difficoltà.

Inoltre il premio è indirizzato anche ai familiari dei pazienti e agli operatori professionali del settore oncologico i quali per la prima volta vengono coinvolti in un concorso letterario nazionale.

La scrittura può diventare infatti uno strumento terapeutico per dar forma a emozioni, stati d'animo, angoscia e speranza, per rivivere con parole diverse un'esperienza drammatica; per guardare nel proprio intimo senza essere completamente coinvolti o travolti dalle emozioni stesse; per contribuire a stimolare riflessioni e condivisione riguardo ad un argomento, la malattia oncologica, che molto spesso rappresenta un tabù; per comunicare speranza e condividere, attraverso la narrazione, esperienze vissute da altri; per dare merito a quanti, affrontando quest'esperienza di malattia, sono riusciti con coraggio a trarne profondi insegnamenti di vita.

Perché chiamarlo FEDERICA?

Nel ricordo di una giovane donna, Federica Troisi, che ha combattuto la sua malattia con determinazione, talora anche con ottimismo, continuando a scrivere, a sognare, a lavorare, ad amare, a progettare. Una grande donna che ha insegnato a molti "come" affrontare la vita, la malattia.





Vengono pubblicati in questo libro i manoscritti relativi alle produzioni letterarie per la narrativa e alle produzioni letterarie per la poesia.

Un grazie particolare ai pazienti e ai loro familiari che hanno voluto “regalare” una pagina della loro vita!

STEFANIA GORI

*Presidente Rete Oncologica Pazienti Italia - ROPI*

*[www.reteoncologicaropi.it](http://www.reteoncologicaropi.it)*

*Marzo 2024*





POESIE  
E RACCONTI  
DEI VINCITORI



POESIE  
SEZIONE A  
*Pazienti*

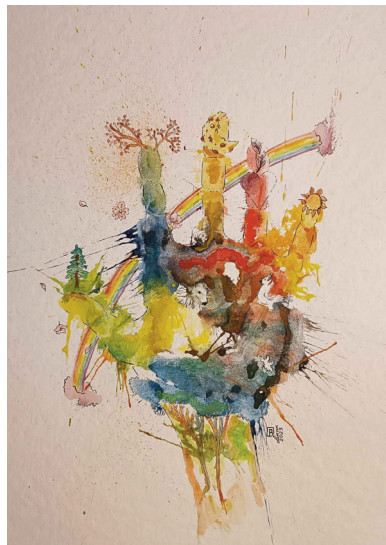
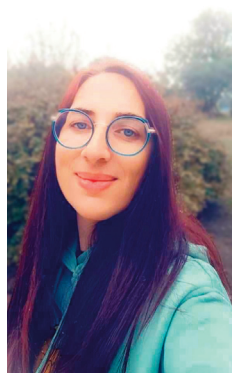


# BARBARA LIVIAN

Teolo (Padova)

## *L'arcobaleno fra le mani dopo la tempesta*

La Giornata è cupa,  
la mia bocca è muta,  
una tempesta violenta  
su di me si scaraventa.  
L'aria soffia via  
fra le dita la mia via,  
la pioggia cade,  
il mio corpo si pervade.  
Un ramo si spezza,  
sento un po' di brezza,  
il sole fa' capolino  
non si ferma il mio destino.  
Il mare è calmo,  
il mio pugno è palmo,  
il calore si espande,  
in me una forza grande.  
Un angolo di sereno  
vedo ora l'arcobaleno,  
si riempie il cielo di colori,  
la mia vita si colma di fiori.







## Guerriera

Lei è forte, l'infinito nel cuore,  
un moto perpetuo che sfiora con cura.  
Nel tempo fugace che avanza  
non c'è quasi più memoria.  
Tiene stretti i sogni fra le mani,  
percorre con tenacia la sua strada,  
vive combattendo la sua guerra.  
Lei è forte, potrà vedere brillare  
l'ultima stella in cielo.  
Troverà la pace, risorgerà.



## Sospiro di vita

L'attimo che passa è troppo fugace,  
procedo con calma,  
La vita scivola veloce dalle mie mani,  
aspetto la pace in silenzio.  
Non mi stanco della vita,  
Anche se un sospiro è quel che ne rimane.

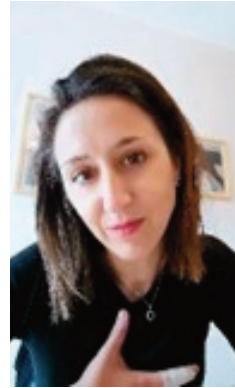


# MICHELA LOVATO

Montagnana (Padova)

## *Mani di Fata Alla mia ginecologa*

Mani leggere,  
mani che curano,  
mani intrise di professionalità,  
ma, prima di tutto, di grande umanità.



Le mani di fata:  
dal loro tocco leggero ma preciso  
una verità amara  
a me è stata subito rivelata  
forte come una pugnalata.

Ha familiarità con tumori al seno?  
Io sono una maestra e  
ho familiarità con gesso e bambini...

...e invece nel mio corpo già la malattia scalpitava  
e un nodulo si formava.

Grazie a quelle mani  
il gesso non dovrò abbandonare  
e ai miei bambini mille sorrisi  
continuare a regalare.



# Ciao Federica

Ciao Federica...

**F** come fiducia che  
non ti ha mai lasciato,  
**E** come empatia  
che abbiamo tutte l'una per l'altra,  
**D** di dono che è la vita  
e si assapora in ogni attimo,  
**E** di emotività  
così ballerina e instabile in ogni donna in terapia,  
**R** di ricchezza  
per la nostre infinite risorse che sempre tiriamo fuori,  
**I** di innocenza  
dinnanzi a una malattia troppo grande e inaspettata,  
**C** di coraggio  
che ci sostiene sempre,  
**A** di amore  
per la vita, sempre e comunque,  
grande amore.

...Grazie Federica,  
sei la forza di tutte noi!





# Invisibile

Come un fantasma sei entrato  
invisibile ti sei infiltrato:  
sento scalpitare, dentro me, i tuoi campanacci  
forti e selvaggi come cagnacci.

Per chi non ti conosce  
rimani invisibile:  
invisibile nell'ormonoterapia,  
nella radio e chemioterapia.

Nel mio corpo regna anarchia:  
ogni forza porti via  
nell'estenuante terapia.

Fantasma ti voglio cacciare  
e ricominciare, il mio esile corpo, ad amare  
ed è per questo che continuo a lottare.



# POESIE

## SEZIONE B

*Familiari di pazienti  
e operatori sanitari*



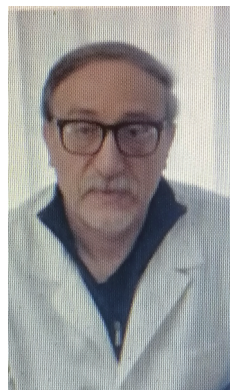
# GIROLAMO MENEGHESSO

---

Conselve (Padova)

## *Specchio... antico*

Ora, rimandi l'immagine mia.  
Sola,  
stanca,  
vecchia.  
La barba incolta.  
Bianca.  
Le mani rugose.  
Il sorriso strappato.  
Il nostro tempo si perde.  
Dentro a quel lago di vetro,  
appari e scompari.  
Come una bambina,  
che gioca.  
Il tuo volto,  
giovane,  
pallido,  
occhi di mare,  
un filo rosso,  
sulle labbra carnose.  
Mi chiami.  
Mi giro.  
Non ci sei.  
L'assurdo male ti ha tolto a me.  
Ti ritrovo,  
solo,  
nello specchio... antico.





# LUCIO RINALDINI

Vienna

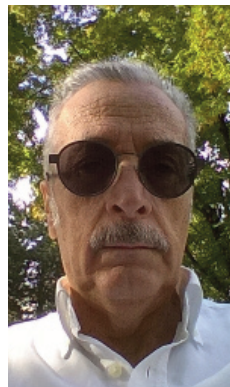
## Guarigione

Busseremo domani alla tua porta.  
Schiuderemo imposte e finestre.  
La luce annegherà le stanze.  
Se pure piove ed è ancora freddo.

Stanno ricrescendo i tuoi capelli.  
Come fanciullo ispidi e riottosi.  
Il viso una magnolia in fiore.  
Già perde il suo biancore.

Di vetro diverranno le pareti.  
E dal cortile come squilli festosi.  
Risuoneranno i giochi dei bambini.

Si apriranno gli usci al ballatoio  
i nostri ragazzi seduti sui gradini  
rideranno guardandosi negli occhi.







# RACCONTI

SEZIONE A

*Pazienti*



# ENRICA MENGATO

Abano Terme (Padova)

## Preferisco una tazza di tè

Martedì 9 novembre 2021.

1. “Scegli tre fotografie di te stessa da bambina, giovane e adulta e descrivi le emozioni che ti suscitano”.
2. “Racconta di un tuo oggetto preferito”.



Erano queste le due tracce fornite dalla psicologa al primo incontro del corso di scrittura terapeutica che si teneva all'interno dell'ospedale.

Era uno strano autunno. Una domanda mi rimbombava nella mente: com'era la vita prima della malattia?

Ho, certamente, i miei ricordi limpidi, ma questo strano interrogativo mi accompagnava nell'ultimo periodo, quasi non facendomi dormire la notte. Ricorrevano i pensieri del “*un anno fa accadeva che*” e mi ritrovavo a rivivere gli interventi, la paura, i giri come una trottola in ospedale, l'inizio della chemioterapia che diede il via ad un ritmo scandito chiaramente. Un po' come il rumore del treno sulle rotaie: veloce, cadenzato, un po' freddo. Quel treno su cui sali lasciando giù l'inutile con l'unico pensiero di fare tutto ciò che serve e che è in tuo potere per stare meglio.



E così, nel disorientamento più totale, presa dalla malinconia e da una forte sensazione di solitudine, mi avventurai nella *medicina narrativa* alla scoperta della mia oasi più intima.

Ero alla ricerca delle parole adatte per dare forma anche a ciò che era rimasto sconosciuto e sepolto da tanto tempo, da tanta paura e dolore.

Dopo l'incontro, una volta a casa, mi sono fermata in salotto con la convinzione che non avrei di certo preso la scatola delle fotografie perché, forse, non era il tempo giusto per osservarle. Non era tempo di guardarmi. O non volevo proprio farlo.

Avevo ancora la giacca e il berretto indossati. Iniziai a scrutare tutto ciò che avevo intorno con il timore di giungere alla conclusione di non essere legata ad alcun oggetto in particolare. E, forse, con il timore ancora più grande di dovermi osservare in ben tre fotografie diverse.

Ecco che il mio sguardo si posa su di lei. La tazza del tè matcha. È un regalo. Un regalo che, per gli appassionati del tè come me, è molto speciale. È bellissima. Non è tanto preziosa, ma la cosa meravigliosa è che regala momenti preziosi. Forse il segreto dell'oggetto preferito è questo.

Questa tazza significa lentezza, quella lentezza che oso definire ultimamente terapeutica. Quella lentezza che profuma di rinascita.

Durante il periodo della chemioterapia usavo questa tazza due volte al giorno. Ovvio, con questa tazza bevevo solo il tè matcha, appunto.

Ho letteralmente cosperso i mesi della terapia con i piccoli rimedi e ingredienti naturali che tanto mi piacciono. Questa tazza ed il suo contenuto mi hanno fatto davvero compagnia.

Uso il verbo cospargere non a caso. Per infinite volte mi sono immaginata a piedi nudi sulla terra a seminare, seminare, semi-



nare. Mi sembrava di sentire l'umido del terreno friabile sotto i miei piedi, intravedevo il mio profilo e un dolce sole all'orizzonte. Un'immagine che vedevo mentre curavo la mia pelle, le mie unghie, i miei debolissimi capelli, mentre usavo la natura per riparare agli effetti della chimica o passeggiavo nel tentativo di mantenermi attiva per quanto mi fosse possibile. E mentre sorseggiavo il tè.

Scrivo, la guardo. Non appena bevo l'ultimo sorso la lavo immediatamente, l'asciugo e la ripongo al suo posto, nel mio piccolo angolo del tè in salotto. Temo che lasciandola dentro il lavello si possa rompere o rovinare con il resto delle cose meno speciali e decisamente standard.

Questa tazza ha il colore delle armature d'un tempo.

Un po' mi ci rivedo.

Una scorza fuori e una timida luce che esce dalle decorazioni dorate a spirale. Una luce che identifico con una indescrivibile intensità, una linfa che irrompe, un'anima desiderosa di esplodere e rifiorire, nonostante le quotidiane preoccupazioni, le ansie che questo viaggio *step-by-step* porta con sé.

Prendo questa tazza tra le mani che sono sempre fredde. Bere il tè con lei mi scalda anche il cuore, mi calma. Avvicino il naso per sentire il profumo dell'infusione e mi perdo nei cerchi concentrici che sono dipinti al suo interno e poi, al primo sorso, fisso lo sguardo sul bordo e ritrovo quel sole all'orizzonte, mentre il mio corpo cammina trasportato da un'energia sconosciuta.

Veloci immagini di me stessa tra gironi danteschi immaginari. Passate diapositive di giorni infiniti e stressanti che correvano frenetici e che hanno tutt'ora quell'odore di ospedale che un po' mi è antipatico, ma dentro al quale mi sono sentita al sicuro più d'una volta. Quell'odore di domande che risuonano: «*Come ho fatto?*» - «*È successo davvero a me?*»; quell'odore di





sensò di colpa che si avverte nello stare fermi, mentre il mondo lì fuori dall'ospedale corre.

Questa tazza e il suo contenuto un po' lavano via quegli odori.

È incredibile come questo oggetto rappresenti il mio momento intimo, silenzioso, attimo in cui provo a calmare il mio respiro in sana solitaria, ma non in solitudine. Attimo in cui mi rendo conto di come sia così grandioso e potente respirare ancora, finché proprio quel respiro diventa muta preghiera.

Ho ritrovato il mio orizzonte immaginario nel bordo della mia tazza preferita, un luogo lontano dove vedo snocciolarsi scene di vita vera, quella vita che, forse, per certi dolorosi aspetti non ho ancora accettato, quella che ancora fa arrabbiare, che ancora fa male al fisico e alla mente.

La verità, mi dico sempre, è che se mi fossi concentrata sulle tre fotografie, sarei stata solo in grado di vedere la parte di me che ho perso.

Invece lì, sulla linea di un orizzonte segnato da una tazza, ho visto la nuova me.

Sorso dopo sorso, passo dopo passo. Io, una donna nuova in un corpo diverso solcato dalle cicatrici di un eterno istante della mia esistenza che porterò dentro per sempre, consapevole, però, di come un'orribile esperienza mi abbia mostrato dettagli della vita meravigliosi e sacri. Quell'orizzonte sono io.

Perché, forse, quando volgiamo lo sguardo verso l'orizzonte, non importa quale sia la linea che lo disegni, importa solamente che, laggiù, vogliamo vedere noi stessi, in tutta la nostra più intima versione, in tutta quella sotterranea corrente di vita che ci rende consapevoli, vivi e grati di esserlo.

Allora sì, decisamente, preferisco una tazza di tè.



## MICHELA ZIMBARDI

San Felice a Cancellò (Caserta)

### Giù negli abissi

Giù negli abissi, è proprio laggiù che sono e non riesco a risalire o quando sembra che io ci stia riuscendo ecco che lo squalo HODG-KIN mi rispedisce di nuovo giù.

All'inizio sembrava innocuo, dicevano che non avrebbe fatto tanto male e invece dopo più di un anno e mezzo è ancora qui a tenermi prigioniera. Ha preso tutto di me e l'ha fatto suo e non ne vuole sapere di riportarmi in superficie. Qui giù si impazzisce, altri cercano di aiutarti ma con scarsi risultati, questa è una sfida tra me e squalo H, lui ha scelto me e sono io che devo distruggerlo.

Era il primo aprile 2022 quando nel bel mezzo di una nuotata lui si avvicina a me e mi trascina negli abissi con lui. Da quel momento il panico più totale, andava tutto così bene nella mia vita ma a squalo H non interessava anzi, giù negli abissi ci sono tanti ragazzi della mia età, lui li sceglie giovani e forti, è la sua fascia d'età preferita di vittime.

Però quaggiù c'è chi ci aiuta per fortuna a combatterlo ed è il sub-ematologo che grazie alle sue bombole di ossigeno ogni due settimane cerca di scacciare via da noi il brutto mostro marino. Alcuni in pochi mesi riescono a fuggire via da H grazie a





questa cura, ad altri invece, me compresa, questa cura non ha fatto effetto e ci è voluto qualcosa di più forte che ha fatto anche più male ma è l'unico modo per sconfiggere H. Per alcuni di noi lui è troppo forte ma ciò non significa che non ce la faremo, ci vorrà solo più tempo.

Non riusciremo mai ad abatterlo del tutto perché quando noi saremo salvi lui ne catturerà altri ancora, purtroppo ad oggi non c'è cura per abatterlo totalmente.

Nel mio caso, per risalire dagli abissi, ci vuole ancora tempo... a volte risalgo in superficie ma non ancora riesco a raggiungere la riva, sono stanca, esausta, voglio scappare quanto prima da quella brutta spiaggia, cerco di nuotare ma puntualmente ci sono intoppi che mi riportano giù. Sono a galla, è tutto fermo, tutto al punto di partenza, mi arrabbio col sub-ematologo, lui cerca di aiutarmi in tutti i modi ma squalo H non ne vuole sapere di liberarmi. Sono provata, vorrei che qualcuno mi riportasse a riva senza dover fare più alcuno sforzo, qualcuno che mi dicesse «è tutto ok, sei libera, il mondo ti aspetta».

È un anno e mezzo che voglio sentirmi dire queste cose e urlare a gran voce «squalo H ho vinto io»!

Ma lui al momento è più forte di me, ce la sto mettendo tutta ma lui continua ad avere la meglio. Avrei tanto voluto scrivere un lieto fine che al momento purtroppo non c'è, al momento devo solo continuare a combattere e sperare di raggiungere la riva quanto prima.



# RACCONTI

## SEZIONE B

*Familiari di pazienti  
e operatori sanitari*





# ORIETTA BELLOMO

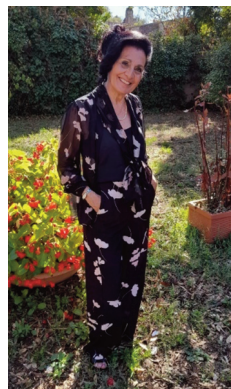
Latina

## *Un pianoforte in ospedale... La musica è vita!*

Questa mattina sono in ospedale per la solita routine di controllo.

Resterò qui per qualche giorno, forse una settimana...

Guardo dalla finestra, il sole è già alto, fa caldo, inizio a respirare pensieri di libertà...



Avrei voglia di correre, di alitare il profumo dei verdi prati, di raccogliere fiori, e sì!

Perché no!

Di indossare magari quel cappellino nuovo di paglia che ho comprato al mercatino l'altro ieri.

Ho la bocca asciutta, ma non posso sorseggiare nulla, le gambe sono un pò dolenti, tra poco arriverà l'infermiere per il prelievo... poi dovrà cambiare il port, quel catetere che ho sul petto perché si è mosso sta troppo in superficie, spero tanto che abbia mani delicate...

Eccolo! Lo vedo aggirarsi tra gli altri malati, ha gli occhi vispi come un gatto, mi saluta con un bel sorriso.

Ed io contraccambio dicendogli che lo sto aspettando. Mi risponde:



«Bon dè! vengo subito da te, tesoro», mentre gironzola con la padella in mano.

Mi viene da sorridere, e penso che il segreto per vivere sia avere dell'umorismo per tutto e per tutti.

In effetti il segreto per vivere è allenarsi alla battaglia per la vita, pensavo tra me, farlo con passione, umiltà cuore e semplicità... con gli occhi dei bambini.

A proposito di occhi, il mio sguardo si posa sulla persona che ho accanto, nel letto affianco al mio.

È una signora un pò vecchiotta, che parla poco.

Lo so che sono chiacchierona!

Mi piace stare in compagnia, cantare, aprire il cuore e l'anima... ma non voglio disturbarla e... ricado nel silenzio, nei pensieri più bui.

Si chiama Calma, quel momento In cui ti arrendi al silenzio.

Però te lo godi, quando i suoni non sono solo musica e follia e allora senti il sapore del mare, il canto degli uccelli, il chiacchiericcio della gente che passa.

Riesci a sentire il tictio del tuo cuore e il fievole vento del tuo respiro... sì, si chiama Calma, e a volte è un grande dono di Dio che il mondo evita creando guerre che nessuno vincerà!

Ho superato tante tempeste e lo farei ancora per raggiungerla e tenerla come amica.

Nel frattempo pare che la mia vicina di letto si sia svegliata, e allora spontaneamente le canto un ritornello: «Mariella Mariù». Sembra che la conosca questa canzone, e la intona insieme a me.

Qualcuno ascolta e si affaccia nella stanza.

Allora mi alzo e vado nel corridoio a cantare.

Miracolo!



Gli infermieri cantano con me, i malati si accodano, i medici escono dalle loro tane per vedere cosa sta accadendo...

Sembra un tripudio di stupore, di gioia contaminata... una realtà diversa...

E penso: «sarebbe bello se fosse sempre così»!

«Perché non portare la musica, il canto anche qui dove c'è dolore e rassegnazione?»

Avvicinare le persone con la musica, sarebbe bellissimo!

Rifugiarsi nelle note, è come aprirsi ad un mondo nuovo dove tutti possiamo comprenderci».

Sì, credo proprio che l'effetto della musica sia incredibilmente importante. Perché scioglie le paure, amplifica le emozioni, accomuna, rasserena meglio di un tranquillante... allontana la solitudine!

Sta nascendo in me questo desiderio...

Come un sentimento nuovo che irrompe nel mio cuore e mi spinge ad affrontare ciò che sembrerebbe impossibile...

Per alcuni, “cosa strana, fuori del normale”: portare un PIANOFORTE IN OSPEDALE!

Una vocina si intrufolava nei miei pensieri:

«Ma che dici?»

«Tan la smet? (non la smetti) di pensare così?»

«Ma va là, va là!»

«Mo se cuiè?» (ma cosa c'è?)

«Sicuro che lo farò, lo prometto a me stessa!»

«Te un bel cur!ag!» (hai un bel coraggio!)

«Sì, perché la musica è VITA!»



[www.reteoncologicaropi.it](http://www.reteoncologicaropi.it) - [info@reteoncologicaropi.it](mailto:info@reteoncologicaropi.it)

Tel. +39 338 5779971

Sede legale: Via del Gesù, 17 - 20121 Milano

