

Fatti Stupefacenti!

Periodico di informazione sulle dipendenze

Anno V - numero otto - Agosto 2015

www.centrostellapolare.it - www.lafarfalla.org

Fatti Stupefacenti! è il prodotto editoriale realizzato dagli ospiti della Comunità Terapeutica "Stella Polare" di Roma attraverso il Corso di Formazione Altri Giornali organizzato dall'Associazione *La Farfalla* e condotto dai formatori Paola Anelli e Nicolò Sorriga.

fattistupefacenti@gmail.com

CambiaMenti

Storie di Redattori - La riscoperta dell'amicizia - Come vorrei amare - Dossier sul Manicomio - L'arte oltre il disagio - La pigrizia, l'impazienza e il pensiero negativo - Racconti - Recensioni

Restando nel Presente

di Paola Anelli

Chi nasce tondo non può morire quadrato. E così ci hanno sistemato! Non si cambia se non in peggio, non ci si trasforma mai. Siamo cresciuti così. Una delle tante frasi popolari.

Così, in qualche modo, durante i nostri tentativi di cambiare, in pochi si sono comunque fidati di noi. Eppure il cambiamento esiste, è possibile, ed accade nel momento presente, l'unico momento possibile. Accade quando accettiamo di non trasferire la realtà che appartiene al passato nel momento che stiamo vivendo.

Ed è così che lasciando andare e attraversando ogni dolore ed ogni schema di un vecchio sistema, possiamo, osservandolo, non sceglierlo più e sostituire la nostra realtà.

Possiamo cambiare ogni volta che abbiamo presente che il segreto di una vita felice risiede solo dentro di noi. Se la vita è pesante e negativa genererà sofferenza, ma è possibile credere anche il contrario: se la vita interiore sarà ricca e positiva lo sarà anche la vita esteriore. In questo modo non avrà più bisogno di essere dipendente e sarà realmente libera.

Nel tempo ho incontrato tante persone e spesso mi hanno parlato di quando si sentivano libere di agire e di essere. La loro libertà consisteva nel fatto di poter agire in ogni modo volessero con l'unico scopo di alimentare la loro dipendenza.

Una libertà che quindi condizionava ogni istante della loro vita e la vita di coloro che amavano.

Nuovi interessi, nuovi occhi

di Nicolò Sorriga

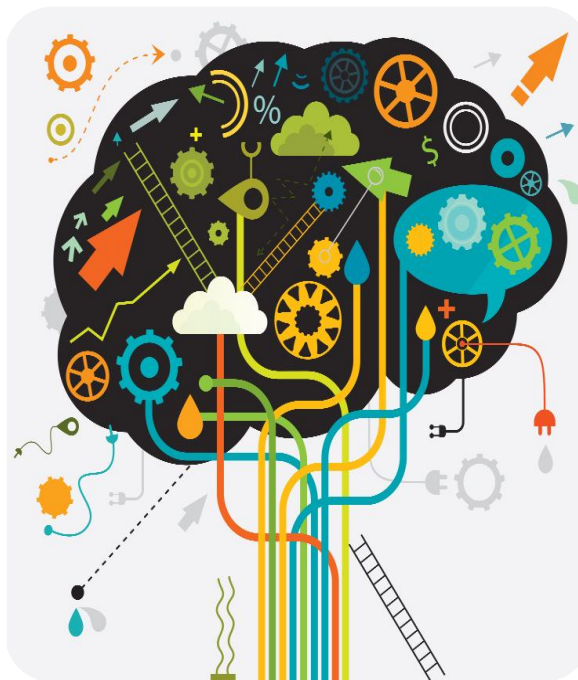
Eccoci di nuovo qui, con i nostri tempi e le nostre misure. Un nuovo numero del giornale è pronto, realizzato con fatica ed impegno da tutta la redazione. Dall'ultimo numero è passato tanto tempo, il tempo che ci è voluto per mettere insieme storie, riflessioni, temi, argomenti, in uno spazio di condivisione che si è trasformato tante volte in questi ultimi mesi.

L'aspetto più significativo che da sempre caratterizza la redazione di *Fatti Stupefacenti!* è proprio quello della presenza fluida dei protagonisti seduti intorno al tavolo di redazione.

Ogni giovedì mattina, quando salgo le scalette che portano al patio della Comunità, mi domando sempre se ci sarà qualche ospite nuovo, se volti conosciuti sono ancora interessati a se stessi o hanno mollato, se sarà possibile realizzare un determinato lavoro con le persone presenti quel giorno. La nostra redazione è in costante cambiamento: si allarga, accoglie nuove storie, le perde, le riacquista. Questo aspetto è stato molto evidente negli ultimi mesi ed

ovviamente l'uscita del giornale ha dovuto rispettare i tempi di chi lo realizza. Perché è bene ricordarlo: quello che trovate scritto su queste pagine rispecchia una parte di percorso, di lucidità ritrovata, di difficoltà e di ricerca.

Comunque ora ci siamo. Il numero otto di *Fatti Stupefacenti!* conta meno pagine del solito ma i contenuti sono di grande intensità. In questi mesi abbiamo affrontato in redazione tanti argomenti, ne abbiamo parlato e discusso, cercando di esprimere punti di vista personali per poi scrivere e raccontare al "mondo di fuori" la nostra visione.



La seconda pagina...

Redazione

Fatti Stupefacenti!
Periodico di informazione
sulle dipendenze

Anno V - Numero 8
Agosto 2015

Editore
Cooperativa Azzurra 84

Responsabili di Redazione
Paola Anelli, Nicolò Sorriga

Grafica, impaginazione e disegni
Claudio Asara

In Redazione
Billy, Cristian, Diego,
Emy, Giulia, Giuseppe,
L. Stefano Rosati,
Valentina, Vito

Redazione
Comunità Diurna "Stella Polare"
Padiglione 23
del Complesso Ospedaliero
Ex S.M. della Pietà

Testata in attesa di registrazione

La Comunità Diurna "Stella Polare"

La comunità diurna Stella Polare è una struttura terapeutica semiresidenziale volta alla riabilitazione ed al reinserimento sociale di persone tossicodipendenti. Nata nel marzo 1998 come progetto finanziato dal Fondo Nazionale Lotta alla Droga, è oggi parte integrante dei servizi attivati dalla ASL Roma E.

Gli obiettivi vengono perseguiti affiancando attività terapeutiche (psicoterapia di gruppo, psicoterapia individuale), attività di sostegno (gruppi di auto-aiuto, di chiarificazione, di progettazione, incontri con le famiglie), terapie farmacologiche (naltrexone cloridrato, come antagonista degli oppiacei) e attività integrative di formazione (cultura generale, uso del computer, visite guidate).

Le finalità del percorso terapeutico adottato nella comunità sono quelle di favorire un aumento di consapevolezza e di possibilità di contatto con l'altro, facilitare il recupero di risorse personali, promuovere l'apprendimento di abilità e competenze utilizzabili in ambito lavorativo, migliorare la capacità di autopercezione dei propri progressi e delle proprie difficoltà, esplorare ed elaborare meglio gli aspetti problematici della personalità e del proprio 'essere nel mondo', conseguire/facilitare una maturazione globale della personalità, promuovere il consolidamento di relazioni sociali e familiari stabili.

Si accede al programma terapeutico - completamente gratuito - della comunità diurna su invio del Ser. T. di appartenenza, previa relazione conoscitiva.

Non sono ammessi tossicodipendenti in trattamento metadonico, in regime di arresti domiciliari o portatori di gravi disturbi di tipo psichiatrico.

I trattamenti in alternativa alla detenzione (art. 94 DPR 309/90) sono possibili fino al 40 per cento dei partecipanti.

Il centro, che ha sede a Roma, nel padiglione numero 23 all'interno del comprensorio di Santa Maria della Pietà, a Monte Mario alto, con accesso al pubblico dalla fine di via Cesare

Lombroso, è aperto dal lunedì al venerdì dalle 09.00 alle 17.00.

Le attività della comunità diurna Stella Polare vengono gestite da medici, educatori, psicologi, psicoterapeuti, assistenti sociali e volontari, messi a disposizione dalla ASL RM E e dalla Cooperativa Sociale Azzurra 84.

In rapporto alla metodologia, caratteristica distintiva dell'intervento inteso alla riabilitazione ed al reinserimento sociale di persone tossicodipendenti è il supporto psicologico intensivo affiancato alla terapia farmacologica.

Schematicamente, la metodologia consiste in una prima fase di elaborazione delle esperienze pregresse e contingenti attraverso il lavoro sulla relazione tra residenti e tra residenti ed operatori, la psicoterapia di gruppo/individuale, le riunioni organizzative. Successivamente viene fornito un ambiente protetto e contenitivo, con i controlli sui liquidi biologici, l'uso di farmaci antagonisti degli oppiacei e il confronto con le regole della comunità. Contemporaneamente viene agevolato il reinserimento sociale e lavorativo, attraverso l'apprendimento di abilità sociali e il supporto di attività integrative di formazione.

Il percorso di valutazione delle attitudini e di orientamento, della durata minima di 18 mesi, si sviluppa in tre fasi. La prima, della durata di due - tre mesi, è finalizzata ad agevolare l'inserimento nel gruppo e alla individuazione degli obiettivi terapeutici. La seconda, di sei - otto mesi, è finalizzata al mantenimento della condizione drug-free ed alla elaborazione terapeutica delle esperienze. Nell'ultima fase, di completamento, alla verifica dei progressi compiuti viene affiancata una preparazione specifica, a livello psicologico ed organizzativo, finalizzata al reinserimento lavorativo e sociale.

Per tutta la durata del programma i familiari partecipano ad incontri organizzativi che hanno luogo a cadenza quindicinale.

Stella Polare - tel. 06 68352954

06 68362953 e-mail info.polare@tiscali.it



Fondo lotta alla droga-Regione Lazio

Potete leggere e scaricare in PDF tutti i numeri di

Fatti Stupefacenti! su
www.lafarfalla.org
www.centrostellapolare.it

Le attività della Comunità diurna “Stella Polare”

A cura della Redazione

Salve a tutti! Vogliamo illustrarvi quali sono le attività e le terapie che noi, ospiti del Centro Diurno, svolgiamo.

Frequentiamo il Centro dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00. Il lunedì e il venerdì sono i giorni in cui siamo sottoposti agli esami fisiologici.

Il nostro percorso si divide in due fasi.

Si entra in “osservazione e diagnosi”, cioè un periodo di valutazione/recupero/formazione durante il quale, una volta raggiunti determinati obiettivi, si passa alla seconda fase e si entra al Centro Diurno, ossia al programma vero e proprio.

La nostra giornata si divide in due momenti ben definiti: la parte terapeutica e le attività quotidiane.

La “Stella polare” è la nostra casa e noi la sua famiglia, e come ogni casa che si rispetti la dobbiamo migliorare, pulire, curare e vivere. A turno ci occupiamo di fare la spesa, dei pasti, delle pulizie, del giardino e dell'orto.

Tutte le mattine ci ritroviamo insieme per la colazione dove insieme allo staff facciamo la programmazione delle varie attività della giornata.

Oltre ai suddetti momenti ci occupiamo di informatica, laboratorio musicale, lettura e dibattito, autonarrazione e naturalmente del corso di giornalismo.

Un giorno alla settimana viene dedicato all'aggregazione che consiste nello stare insieme, spesso uscendo dal centro: visite ai musei, passeggiate a cavallo, gite al mare o al lago, attività sportive. Sono momenti per noi di un'importanza rilevante in quanto ci fanno ritrovare il significato dello stare insieme senza eccessi, godendoci cose sane e LUCIDAMENTE.

Ci sono poi le attività terapeutiche che consistono in colloqui individuali, gruppi e psicoterapia. In qualsiasi momento possiamo ricorrere all'aiuto dello staff composto da più figure professionali.

La “Stella Polare” è un centro semiresidenziale e quindi il venerdì insieme agli operatori programiamo le attività che svolgeremo singolarmente durante il nostro fine settimana e che saranno verificate il lunedì.

Svolgiamo inoltre un laboratorio di espressione teatrale due volte al mese con l'Associazione La Farfalla.



Storie di redattori

Mi chiamo Cristian,

ho 37 anni in questo momento mi trovo all'interno della Comunità "Stella Polare". Mi trovo qui perché sto scontando una pena detentiva, in quanto nella mia vita sono accadute situazioni che mi hanno portato a vivere disagi e difficoltà. Nonostante sia "costretto" a stare qui sto cercando di trovare dentro di me le giuste motivazioni per cambiare la mia vita.

Le mie difficoltà iniziarono quando avevo 5 anni. Allora i miei genitori si separarono e venni affidato a mia madre, mentre potevo trascorrere i fine settimana con mio padre. Mia madre non era assolutamente in grado di occuparsi di me, neanche delle necessità primarie. Era sempre fuori casa ed io per strada, ad aspettarla. Spesso rientrava tardissimo. Non vivevo tutto questo con troppo dolore, mi sembrava quasi un gioco. Ogni tanto qualche parente o amico di famiglia passava per strada e si occupava di me: per mangiare o per qualche altra esigenza. Mia madre aveva un compagno, mentre mia sorella più grande viveva con i miei nonni materni che erano persone molto benestanti. Vivevamo a Campo de' Fiori e quando avevo circa 8 anni mia madre decise di trasferirsi ad Acilia dove vivevano anche i miei nonni. Lì la mia vita peggiorò decisamente. Mia madre mi mancava sempre di più, io ero sempre più arrabbiato. Non avevo nessuno vicino ed ero sempre accusato da tutti di non comportarmi bene e di non essere un bravo bambino. Spesso rimanevo per strada fino a mezzanotte, aspettando che qualcuno arrivasse. Con i miei nonni non avevo buoni rapporti. Continuavo a vedere mio padre nei fine settimana che a suo modo ha sempre cercato di starmi vicino, di occuparsi di me e di difendermi. Vivevo sempre con una forte paura per lui e per il nostro rapporto, perché mio padre per difendermi rischiava sempre molto e spesso mia madre a tarda sera chiamava la polizia. Questo mi faceva tanto male. Anche a scuola dovevo fare tutto da solo, decidere se andarci o non andarci. Nessuno mi ha mai aiutato a fare i compiti o è venuto a parlare a scuola per me.

Diventai adolescente e iniziai a fumare le prime canne. Iniziosi a cambiare anche il rapporto con mia madre. Era più presente, qualche volta mi preparava il pranzo, ma ormai lei non mi mancava più. Ero grande, mettevo timore e nei tanti contrasti che avevamo non te-

mevo né le sue botte, né i suoi ricatti, né i suoi litigi. Mia sorella venne a vivere con noi e iniziò a volermi bene. Questa cosa mi faceva piacere. Papà ci vedeva regolarmente e noi gli nascondevamo tutte le cose brutte che vivevamo nel timore che lui potesse prendersela con mia madre per poi rischiare di nuovo. Qualche volta mi ricordo di aver pianto quando stavo con lui e ripensandoci oggi mi rendo conto di quanta rabbia e dolore avessi dentro.

Mi avvicinai a persone più grandi di me che già spacciavano e per quel tipo di persone ero una persona di valore. A 15 anni mi sentivo molto considerato perché picchiavo tanto e tenevo testa anche ai più grandi. Facevo uso di cocaina e pasticche e fui fermato più volte dalle forze dell'ordine, ma mai arrestato. Avevo una doppia vita molto ben definita. Da una parte avevo una brava ragazza, frequentavo lei e i suoi amici. Appena mi allontanavo avevo una vita con un gruppo di persone legate all'illegalità. La storia con la mia fidanzata finì con il mio primo arresto per spaccio e detenzione di eroina, ma non scontai la condanna per sospensione della pena. Ero già abbastanza ricco e contemporaneamente mio padre venne arrestato per associazione mafiosa condannato a 28 anni. Vivevo sempre da mia madre che sapeva della mia vita. Mi accusava tanto senza però mai occuparsi di me. Non avevo bisogno di rubare per comprarmi la droga. In quel periodo fumavo l'eroina, avevo macchine e moto bellissime e tante donne occasionali.

Trascorsi un po' di tempo mi innamorai di una ragazza. Iniziammo una relazione, ma lei, giovanissima, morì in un incidente stradale. Questa morte mi fece molto male tanto che rimasi chiuso in casa per tanto tempo. Facevo un uso di droga senza limiti per non sentire tutto quel dolore fino a che non venni ricoverato in ospedale. Stavo malissimo, ero semiparalizzato.

Non riuscivo più a respirare. Probabilmente fu proprio uno spacciatore a salvarmi nel momento in cui mi irrigidii totalmente. Una volta ripreso venni dimesso dall'ospedale ma iniziai ad avere fortissimi attacchi di panico perché avevo paura di morire soffocato. Andavo sempre ai colloqui con mio padre, non mancavo mai tranne i periodi nei quali ero in ospedale

o in carcere. Facevo una cura di tranquillanti per il mio stato psichico e facevo uso di eroina in vena in quanto le mie scorte di denaro stavano finendo e la diluizione in vena mi consentiva di risparmiare rispetto all'eroina fumata.

A 20 anni iniziai a fare rapine e mi innamorai di una ragazza. Proprio in quel periodo venni arrestato per rapina e scontai la pena di un anno e mezzo tra carcere e domiciliari. Vissi quel periodo come un tempo nel quale potevo fermarmi e ristabilizzarmi.

Cominciai a capire, attraverso le persone che incontrai in carcere, che potevo fare il criminale senza fare il drogato. Iniziai a scontare la pena con degli arresti lavorativi e smisi di drogarmi. Grazie al mio lavoro in un bar molto centrale recuperai molti contatti che mi consentivano di inserirmi nella criminalità. Nell'ambiente ero rispettato da tutti e la mia attività si espandeva in modo consistente.

A 29 anni mi arrestarono con un'accusa molto pesante, tanto che la sto ancora scontando. La mia compagna, con la quale sono sempre rimasto anche se l'ho tradita spesso, partorì nostra figlia poco dopo il mio arresto. Ho vissuto tutti gli anni di mia figlia dal carcere. La relazione con la mia compagna finì e oggi sono sposato con una donna e ho un altro figlio.

Sono sempre riuscito a conciliare tutto con questa mia capacità di vivere più vite in una, un po' giocando e un po' imponendomi. La mia attuale moglie e la mia ex compagna hanno un ottimo rapporto e i figli crescono come veri fratelli. Ho sempre cercato di essere importante per mia madre, avrei voluto una famiglia, una casa, un pomeriggio insieme a mia madre, i compiti e la sua tenerezza. Non è andata così per me.

Oggi ho una famiglia mia e dei figli. Quando termina l'orario della Comunità torno a casa e sono contento di farlo. Vorrei diventare un buon modello per i miei figli e non so se ci riuscirò.

Oggi mi tiene fermo innanzitutto la mia condanna e sto mettendoci tutta la volontà possibile per rimanere fermo anche quando questa sarà finita. Una cosa è certa: mi sento tanto leggero.

Storie di redattori

Mi chiamo Giuseppe,

sono nato a Roma e ho 35 anni. La mia è una famiglia come molte, con i classici problemi che hanno in tanti, ma sostanzialmente è una famiglia felice.

Ora sto passando un periodo molto delicato. Facendo questo passo ho deciso di buttarmi alle spalle tutto il male ma soprattutto il mio passato fatto di cocaina, furti e violenza.

Da quando frequento il Centro "Stella Polare" la mia mente è occupata dalle varie attività che si svolgono qui dentro: orto, conigli, pulizie ecc...

Quando arriva il fine settimana arrivano anche le mie paure, lo stare solo, il ri-

cordo che proprio il sabato e la domenica erano giorni di "sballo". Il mio primo obiettivo ora è quello di liberare la mente da questo tipo di pensieri, poi vado avanti giorno per giorno.

Io e la cocaina ci siamo conosciuti quando avevo circa 22 anni. Uscivo con gente che la usava e la spacciava.

Non lavoravo e così iniziai a spacciarla per loro. In questo modo potevo avere la droga gratis e in più venivo pagato mille euro al mese.

Poi ho conosciuto un ragazzo che mi propose di fargli da corriere. A volte andavo a Civitavecchia, altre volte a Napoli, facendo carichi di cocaina due volte al mese

fino a 20 Kg e guadagnando molti soldi.

Il mio tenore di vita era alto, avevo macchine, facevo viaggi e partecipavo a feste.

A 24 anni ero il pupillo di "X". Ero rispettato, ciò che dicevo non era messo in discussione al punto che "X" mi diede completa padronanza sul ramo della droga. Ritrovarmi a 24 anni a comandare su gente di 30 o 40 mi faceva sentire Dio.

Mi sembrava di avere solo amici ma ora come ora capisco e so che non erano amici miei ma di "X". Se avessero potuto sono sicuro che non ci avrebbero pensato su due volte a farmi fuori.

Mi chiamo L.,

ho 27 anni, e ho scelto di non soffrire più. Per farlo ho intrapreso un percorso di scoperta di me stesso e del mio disagio.

Ero un bambino molto sensibile e sensitivo di non avere la giusta considerazione e il tipo di affetto del quale avevo bisogno.

Di conseguenza il rapporto tra me e i miei genitori è sempre stato fortemente in crisi.

Ho sempre cercato di attrarre l'attenzione della mia famiglia, molto spesso con comportamenti forti e in contrasto con i miei genitori.

Nel momento in cui mi si è presentata l'opportunità di uniformarmi ad un gruppo e di essere accettato, io l'ho colta al volo.

Verso i miei 12 anni ho cominciato a fumare le canne; ho sempre avuto il bisogno di frequentare e di essere accettato da persone molto più grandi di me.

Fu così che a 14 anni frequentavo regolarmente locali notturni e li facevo esperienze con droghe di vario tipo tra le quali la cocaina.

È proprio lì che trovai il mio cantuccio,

il posto dove sentirmi partecipare attivamente di tutto; mi sentivo accettato, gratificato e stimato, trattato da persone molto più grandi me come un loro pari.

Contemporaneamente continuavo a vivere la mia famiglia per tutto quello che non andava, la sostanza mi permetteva di socializzare ed allargare la mia cerchia di amicizie. Finito il liceo iniziai a lavorare.

Avevo un ottimo lavoro e per questo la mia famiglia aveva un'altra idea di me: ero indipendente, lavoravo e guadagnavo.

In tutti gli anni durante i quali ho usato sostanze la mia famiglia non si era mai resa conto di ciò che facevo. Solo in un paio di occasioni ebbero dei dubbi, ma fu un pensiero senza conseguenze per me.

Tutto questo durò circa sei anni fino a quando, grazie all'aiuto della mia compagna di allora, mi resi conto che avevo un problema legato proprio alla dipendenza e per questo iniziai a compiere piccoli passi, accettando qualche consiglio e facendo qualche osservazione

su di me. Comunque continuavo ad utilizzare la cocaina.

A causa di questa mia insana abitudine, i soldi non bastavano mai. Cominciai ad avere comportamenti illeciti per procurarmi il denaro e questo mi portò a perdere il posto di lavoro e a segnare il termine della mia relazione.

Dall'inizio dell'anno 2014 frequento il Centro Diurno Stella Polare. Sto imparando a conoscermi e a conoscere il problema e le sue radici. In questo periodo le mie relazioni familiari sono diventate più reali.

In questo percorso mi sono posto degli obiettivi che intendo raggiungere con i miei tempi, per soddisfare quel lato di me che vuole vivere una vita normale.

Ancora oggi il mio autoriconoscimento è un work in progress, ancora oggi ho bisogno di essere riconosciuto dagli altri.

Forse usavo la sostanza proprio per superare questa profonda inadeguatezza e fragilità che mi rendeva così difficile avere delle relazioni.

Storie di redattori

Mi chiamo Emy,

ho 25 anni e da qualche mese mi trovo nella Comunità "Stella Polare". Sono figlia unica.

Ricordo solo di aver sempre sofferto molto, fin da piccola. I miei genitori litigavano su tutto. Mio padre ha un carattere terribile; mi ricordo che fin da quando ero molto piccola mia madre soffriva di brutte crisi depressive.

Mi racconta addirittura che mentre mi attendeva mio padre le puntò un coltello sulla pancia. Mia madre, fin da quando avevo 5 anni, mi vedeva come un'adulto. Mi parlava di sé e si sfogava molto con me. A 9 anni, il giorno della mia prima comunione litigarono tantissimo. Fu una lite definitiva, risposi male a mio padre e chiesi a mia madre di prendere una decisione. Fin dall'età di 6 anni volevo andare a vivere dai miei nonni, dove tra l'altro trascorrevi tutto il giorno. Così fu. Mia madre lasciò mio padre, continuando a frequentare un uomo che già frequentava quando ancora stava con mio padre.

Mio padre restò nella nostra casa. Mia madre cadde in depressione, aveva anche degli attacchi epilettici. Inizialmente sparì di casa ed io ho vissuto la separazione da mia madre con molto dolore. Un giorno mia madre venne ricoverata in ospedale psichiatrico. Ricordo ancora che la notte del ricovero il compagno di mia madre mi abbracciò come avrebbe fatto un padre. Nessuno lo aveva mai fatto. Per mio padre ero stupida e brutta, mi minacciava spesso e minacciava anche mia madre.

Quando uscì dalla clinica psichiatrica mia madre trovò un nuovo compagno che non si comportò bene con me perché mi usò violenza. Non riuscivo a tenere questo segreto, lo confidai a mia madre. Lei per questo ricadde in una depressione forte ma non lasciò quell'uomo e ci rimase per altri 10 anni. Provai a confidare il segreto alla mia unica amica, ma anche lei per questo mi abbandonò e scelse altre amicizie.

Cominciai a costruire la mia vita con persone poco affidabili, a scuola andavo molto male. In terza media venni boc-

ciata, allontanata dalla classe e tutti mi prendevano in giro, anche quelle che pensavo fossero mie amiche. Come di consueto anche quell'anno trascorsi le vacanze estive a Ladispoli, con la mia famiglia. Vennero a trovarmi anche le mie amiche e in quell'estate iniziai a fumare le canne.

Alla fine dell'estate tornai nel mio quartiere, iniziai di nuovo a frequentare la terza media. Tutti continuavano a prendermi in giro. Io non sapevo nemmeno leggere l'orologio, nessuno mi aveva insegnato nulla. Ero vittima di bullismo, non volevo più ansare a scuola e fumavo sempre di più. Cambiai scuola, mi trasferii da mia zia. Stavo meglio e feci amicizia con una ragazza obesa, anch'essa vittima di bullismo. Incontrai nuovi ragazzi, creandomi una nuova comitiva. Trovai anche un fidanzato ma anche lui fumava. Iniziammo a bere e fumare insieme. Lui organizzava cortei e manifestazioni politiche. Io lo seguivo ma non mi interessava niente di questo. Diceva di volermi bene ma non sentivo né vedevo nulla.

Andammo a vivere insieme e cominciarono i miei deliri. Litigavamo molto, ci picchiavamo. Lui si allontanò da me ed io tentai il suicidio per attirare la sua attenzione. Lo avevo anche tradito. Lui se ne andò di casa e io rimasi a letto per 3 giorni. Mi trovarono e mi ricoverarono in ospedale. Sentivo le voci, stavo molto male. Lui mi portava da fumare in ospedale e mischiavo tutto con gli psicofarmaci. Uscita dall'ospedale i litigi continuarono. Andai da mio cugino che mi consigliò di lasciarlo. Così andai dal mio ragazzo e quando gli dissi che volevo allontanarmi da lui, reagì dandomi una bastonata e cercando di strangolarmi. Mi difesi, spezzando il bastone sulla sua schiena.

Così ci lasciammo. Odiavo tutti e avevo 18 anni. Arrivò di nuovo l'estate e tornai a Ladispoli. Incontrai di nuovo i ragazzi con i quali fumavo. Volevo provare altre sostanze e così iniziai ad utilizzare la cocaina e a fumare l'eroina. un giorno trovai un cane che aveva un numero di telefono.

Decisi di chiamare per restituire il cane al proprietario. Fu così che incontrai un uomo che faceva uso di eroina. facemmo amicizia e iniziò una relazione.

Scoprii che era un pregiudicato e nonostante questo mi trasferii da lui. Così iniziai ad utilizzare l'eroina in vena. In quel periodo mi sono anche venduta per soldi e venni portata per due volte in caserma per liti e discussioni con il mio compagno. Un giorno mio zio mi trovò su una panchina mentre bevevo. Mi portò al Ser.T, ma non riuscendo a disintossicarmi mi portarono in una Comunità chiusa nella quale rimasi 3 settimane, durante le quali venni anche ricoverata. Scappai dalla Comunità e tornai a Ladispoli dal mio compagno.

Mia zia mi venne a recuperare di nuovo e mi portò in un'altra Comunità chiusa. Iniziarono le paure, le angosce, le paranoie e le voci. Così scappai di nuovo. Mia zia mi venne a riprendere ancora e iniziai un percorso diurno al CIM. Tornai a vivere con mia madre e il compagno.

Continuavo sempre a fumare, con loro stavo male e iniziai a vendermi al compagno di mia madre. A questo punto lei decise di lasciarlo. Continuavo ad andare al CIM. Frequentavo una scuola da estetista e facevo corsi di fumetto. Stavo meglio e lasciai il CIM. Ero però succube delle idee di mia madre. In quel periodo lei conobbe una donna che aveva dei figli sicuramente problematici. Iniziai un rapporto con entrambi i figli di questa donna e fumavo con loro.

A questo punto ebbi una forte ricaduta. Incontrai il mio primo ragazzo e con lui ricominciai ad usare l'eroina. Vissi quattro giorni di astinenza atroce che cercai di controllare bevendo. Da quel giorno non ho più smesso di bere. Arrivai qui, nella Comunità "Stella Polare". Dal 23 aprile non bevo più. Vivo con mia nonna, mia madre non sta bene e mio padre non l'ho mai più visto.

dalla redazione...

La riscoperta verso se stessi e la propria accettazione sono il punto di partenza per vivere in maniera sana rapporti e sentimenti

La riscoperta dell'amicizia

di Emy

Io non ho mai avuto un vero rapporto d'amicizia. A scuola ero asociale e il più delle volte ero presa in giro.

L'unica amica che avevo era Veronica, nell'infanzia ci vedevamo solo d'estate e stavamo bene insieme ma crescendo lei si allontanava sempre di più da me ed io ci stavo male.

Iniziamo a litigare ed io finivo sempre a piangere. Il nostro rapporto non era sano perché io volevo stare con lei pur accorgendomi che lei non provava quello che provavo io nei suoi confronti.

Nella tossicodipendenza non provavo vero affetto per nessuno. Poi ho incontrato Giulia, una ragazza con la quale ho condiviso una parte del mio percorso in Comunità.

Per lei provo molto affetto e sento che è reciproco. Me ne accorgo perché insieme condividiamo i nostri sentimenti. Mi rendo conto che in passato non mi accettavo, non pensavo

di meritare affetto. Come potevo costruire una relazione sana di amicizia?

Non mi accettavo, però conoscendo Giulia che mi ha sostenuto sto imparando ad accettarmi. Giulia è stata la mia base sicura. Vedo il rapporto d'amicizia come un ritornare bambini, con un senso di spontaneità, sincerità, innocenza, sfoghi e nessun segreto.

Una poesia

Non lo credevo possibile nella mia vita

È successo l'impensabile

Arrivi tu in un corpo affabile, amabile

Hai capovolto la mia vita orribile

Solitaria che credevo invincibile

La tua mano mi hai teso

Il mio cuore

Subito si è arreso

Come vorrei amare

di Giulia

Cosa c'era

Simbiosi
Strategia

Controllo
Avere

Illusione

Disintegrazione reciproca
Bene al male
Compensazione
Necessità
Accudimento

Cosa vorrei

Identità
Rispetto e sincerità
Reciprocità gratuita
Scambio
Fiducia
Essere
Comprensione
Realtà
Conoscersi
Accettarsi
Scegliersi
Integrità personale del singolo
Bene al bene
Condivisione
Scelta
Amore

Una poesia

Di colorati colori

Orizzonti dipinti

Farò di te la mia tela

Non correrò un misero attimo

Che da te mi allontana

Del tuo respiro farò il mio

Del lago ansioso... una spiaggia deturpata

E niente che arde potrà bruciarti

Non sei solo... non lo sei mai stato

Non c'è trucco né magia

Il tempo non corre, vive d'incanto

Il cuore è il tuo

Voglio solo fare mio il tuo sorriso.

La Redazione di *Fatti Stupefacenti!* ha visitato il *Museo Laboratorio della Mente* che raccoglie le memorie del Manicomio di Roma nel complesso del Santa Maria della Pietà

Viaggio nel manicomio

Il Centro Diurno “Stella Polare” si trova oggi in uno dei padiglioni che furono parte integrante del Manicomio. Un viaggio interessante di scoperta e riflessione raccontato da chi, oggi, sta affrontando un percorso di cura con metodologie e programmi adeguati in un luogo che fu di segregazione e abbandono del malato e del debole.

a cura della Redazione

L'esperienza di studio sul Santa Maria della Pietà è stata molto coinvolgente. Molti aspetti di questa lunga e drammatica storia ci hanno colpito profondamente. Sicuramente abbiamo riscontrato una grande somiglianza con il carcere piuttosto che con un luogo di cura, con la privazione di tutto alla quale erano sottoposte le persone.

I metodi che venivano utilizzati come la contenzione forzata o l'elettroshock, fatto anche ai bambini erano veramente inumani. Indubbiamente ciò che sconvolge sono la privazione della personalità e la quasi certezza di non uscire più. Avere dei problemi era una colpa, ci impressiona il fatto che le persone che venivano rinchiusi in manicomio venivano iscritte al Casellario Giudiziario e per finire in manicomio bastava veramente poco. Viene da pensare che noi, con le nostre problematiche, molto probabilmente saremmo finiti lì dentro senza possibilità di cura ma solo di contenzione e allontanamento dalla società.

I sentimenti più forti e intensi nel conoscere e studiare questa storia sono stati di rabbia, angoscia, tristezza ed anche di paura per esserci immedesimati in certe storie e situazioni. C'è stato poi lo stupore da parte di chi, tra noi, non conosceva assolutamente questa storia.

Oggi ci sentiamo fortunati perché ci stiamo curando nello stesso luogo dove fino a non molto tempo fa, anche persone che avevano problematiche simili alle nostre venivano segregate. Oggi abbiamo una possibilità, è cambiato il concetto di malattia e di malato anche grazie al lavoro di persone come Franco Basaglia

verso il quale viene spontaneo un sentimento di gratitudine. La malattia non è una colpa da tenere nascosta ma una condizione che si può e deve affrontare per recuperare. Indubbiamente la discriminazione ancora esiste, soprattutto nei confronti delle patologie mentali.

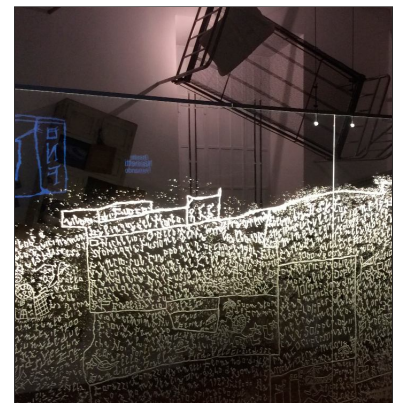
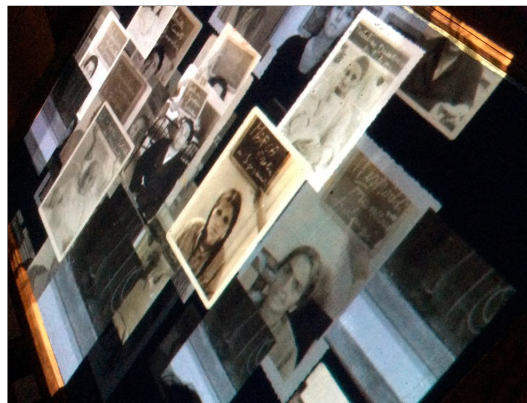
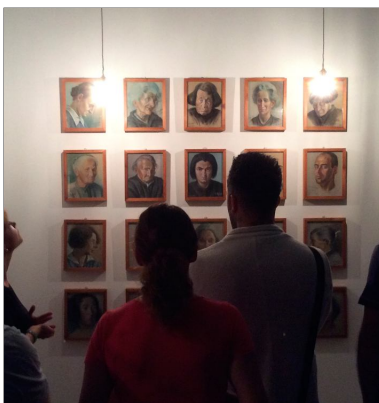
Spesso vengono viste come qualcosa di astratto e quindi più facilmente condannabile. La cosa peggiore è quando siamo noi stessi a discriminarci per il fatto di avere una patologia, ma allo stesso tempo ci dà forza sapere che esistono cure e percorsi da scegliere e non da subire. Oggi i problemi di questo tipo non sono solo etichettati ma anche studiati e analizzati per arrivare ad una guarigione.

La visita al Museo della Mente ci ha dato la possibilità di vivere un “viaggio” mettendoci nei panni degli internati e scoprire le storie di alcuni di loro. Si è trattato di un'esperienza intensa. Alcuni di noi conoscevano situazioni simili con quel sentimento di vuoto e dolore.

L'immedesimazione attraverso i luoghi e le strutture multimediali del Museo ci hanno fatto vivere un sentimento di profonda rabbia ed ingiustizia di fronte a tanta violenza e abusi.

La storia del Manicomio dovrebbe essere conosciuta da tutti, soprattutto dai ragazzi, perché imparino a non discriminare chi è più fragile.

Le persone che giudicano precludono con il loro atteggiamento la conoscenza mentre l'apertura è l'accoglienza dell'altro.



Dossier

Nell'ambito del progetto di ricerca sul Manicomio e sul Santa Maria della Pietà di Roma, la Redazione del giornale ha visitato la mostra d'arte organizzata dalla Comunità di S. Egidio

Il linguaggio dell'arte oltre il disagio

La mostra è stata allestita nel Padiglione 28 e sono state esposte le opere di Annamaria Colapietro, Giovanni Fenu e Roberto Mizzon, tre artisti che hanno vissuto a lungo l'esperienza di internamento in Manicomio e che attraverso l'arte hanno trovato e sviluppato un linguaggio comunicativo ed espressivo potente ed emozionante.

a cura della Redazione

I quadri di Giovanni Fenu mi hanno trasmesso tutta la sua emotività ed emarginazione sociale. L'autore voleva far parte di questo mondo.

Durante la sua intervista in una delle installazioni multimediali della mostra, parla di Picasso, si immedesima in lui. I quadri si distinguono per i colori: freddi quando si sente triste e caldi quando non lo è. Esprime molta solitudine.

Mi piace pensare che queste persone hanno trovato nell'arte un appiglio al quale aggrapparsi per mantenere la propria umanità. **L.**

Mi ha particolarmente colpito nel Museo la presenza di due quadri nei quali è ritratta una Madonna con Gesù Bambino. Entrambi esprimono calore ed affetto ma si differenziano. Nel primo la Madonna ha la carnagione chiara e Gesù è nero, nel secondo il contrario.

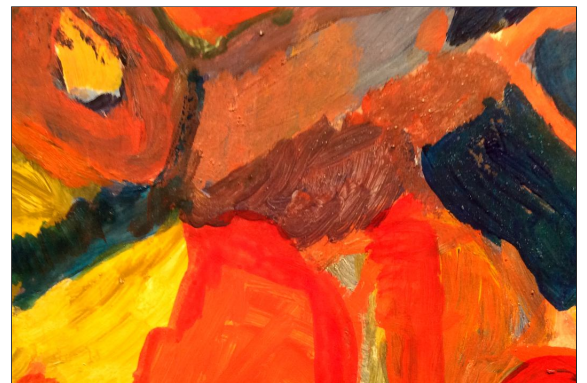
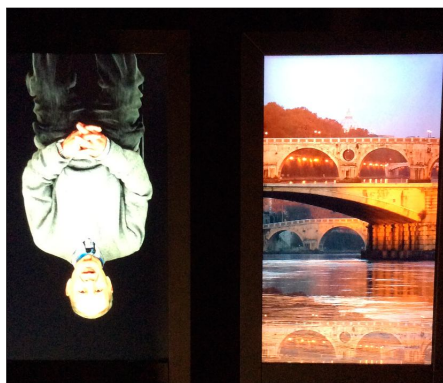
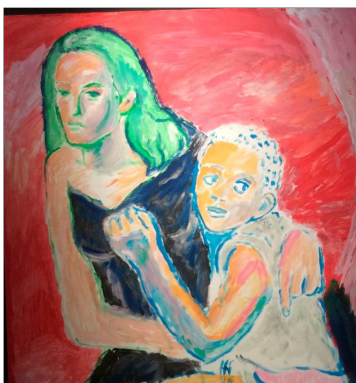
Mi è piaciuto questo accostamento perché mi ha fatto intendere che indipendentemente dal colore della pelle i sentimenti che legano la mamma ed il bambino sono immutabili. Per me sono chiari due sentimenti: uno che esalta l'amore e l'altro che aborrisce ogni forma di razzismo e discriminazione sociale.

Vito

Mi hanno colpito molto le storie degli artisti quando parlano della loro esperienza. Uno di loro, fu rinchiuso in Manicomio quando era solo un bambino. I quadri dimostrano i loro stati d'animo ed è stato bello vedere come utilizzano i colori e le forme per raccontare la loro esperienza.

Emy

Sono rimasto colpito dalle storie che mi trasmettevano i quadri. **Cristian**



Comunicazioni Grafiche...

La pigrizia, l'impazienza e il pensiero negativo

Uno degli argomenti maggiormente discussi dal gruppo di Redazione durante la preparazione del giornale è stato il tema dell'impazienza e della pigrizia, condizioni tipiche del comportamento dipendente e "nemici" da affrontare durante il proprio percorso. Abbiamo scelto di racchiudere in una pagina alcuni pensieri e considerazioni elaborate dal gruppo...

Sto in "down", quindi mi vengono paranoie e pippe mentali...

**LA PIGRIZIA
come figlia della
PAURA**

Bisognerebbe sostituire questi pensieri con altri positivi

Pensiero negativo che nasce da un problema reale ma che poi può diventare un pensiero paranoide, ossessivo, etc....

Il pensiero negativo scaturisce impazienza e pigrizia, quindi si fatica anche a ricominciare a fare cose che prima si facevano con più serenità e spensieratezza (lavare la macchina, andare in palestra, etc...)

Demotivazione dovuta a precedenti insuccessi e che porta alla paura di affrontare situazioni nuove... si resta nella vecchia routine che ben conosciamo

Evitamento come figlio della pigrizia, paura di fare il primo passo

La non abitudine alla costanza; lo stare per esempio nel programma terapeutico passo dopo passo



Anche una cosa bella come finire il programma terapeutico può trasformarsi in un pensiero negativo che comunque spaventa. La novità delle cose da riscoprire e ricominciare

***PARTIRE CON
ENTUSIASMO NELLE COSE PER POI
PERDERSI STRADA
FACENDO ED ABBANDONARE I
PROGETTI FATTI PRECEDENTEMENTE.***

PASSIVITA' che conduce alla RABBIA che sfocia in AGGRESSIVITA' verso di me e chi mi vuole bene

L'EVITAMENTO chiamato PIGRIZIA per me è paura di non essere considerato (dovuto alla bassa autostima)

PIGRIZIA che serve per "raccontarmela", un modo per buttare "in caciata" una situazione che non voglio affrontare

Il tutto e subito che mi è appartenuto nella vita da tossicodipendenti è contrario al tutto e subito del programma terapeutico e quindi può portarmi all'impazienza del non poter raggiungere subito l'obiettivo. Allora passo alla condizione di pigrizia o passività

Ingigantimento di un problema che poi alla fine ti porta via interesse nelle cose da fare: NOIA

Longino

Un intenso racconto, una rilettura nata dalla creatività e dalla curiosità di Stefano Rosati, ex ospite della Comunità che oggi continua a collaborare alla realizzazione di *Fatti Stupefacenti!*

Longino non sopportava l'idea e la sensazione ad essa legata che un corpo morente dovesse subire anche un'ultima onta. Ne percepiva la crudeltà, la violenza, e il dolore che essa provocava, ma doveva scacciare tutto ciò dalla sua mente. Oltretutto conosceva quell'uomo, si era fermato più volte a parlarci, e ne apprezzava sia l'intelligenza che la libertà di pensiero. Ora si trovava nell'ingrato compito di restituire il corpo esanime: il suo ruolo di capocenturione lo prevedeva, lo assolveva con dignità e dando importanza a ciò che faceva, ma stavolta era diverso.

Gli anni di consuetudine, di ripetizione di questo obbligo di legge sembravano svaniti. Era turbato. Negli anni del suo addestramento a Roma era stato protagonista ed esecutore dell'applicazione della legge e della disciplina dei romani verso chi la infrangeva, e in special modo verso ladri e assassini. Ma tutto ciò non lo ravvedeva in quest'uomo. La sua esecuzione era stata oggetto di discussione con il suo comandante Pilato, nella discrezione della Domus consolare.

Nella sala patrizia aveva trovato il suo comandante non seduto come al solito sullo scranno, ma in piedi con un'ombra nell'animo, almeno così credeva. Ma scacciò anche quest'ultima impressione. Pilato lo aveva accolto con il suo consueto garbo invitandolo anche a trattenersi a cena, ma Longino aveva declinato l'invito: non voleva recare disturbo. Amava il suo comandante e spesso non dividevano i voleri di Roma, ma gli avevano giurato fedeltà. Il console si rabbuiava per questo, mentre lui ne prendeva solo atto.

Di tutto ciò però Longino ne teneva considerazione: era qualcosa che cer-

cava anche nei suoi compagni, ma che non trovava se non in vari momenti. Ne prendeva atto e svolgeva i compiti che il suo ruolo istituzionale prevedeva.

Tornato alla tenda, si fermava intorno al fuoco con i suoi soldati a mangiare qualcosa e a scambiare due parole. Nonostante tutto era e si sentiva uno di loro, che lo avevano visto diventare da semplice soldato a centurione capo di un'intera guarnigione. La fedeltà a Roma, il prestigio, il ruolo, la vicinanza al console gli costavano fatica, ma con loro tutto ciò svaniva. Quando non li trovava cercava sollievo nella sua tenda e si godeva tutto ciò che gli era stato conferito: l'elmo, lo scudo, la spada, i calzari da parata, la lancia e il mantello. Di quest'ultimo apprezzava il taglio, la sua ampiezza e il colore porpora intenso, così caldo. Lo aveva scelto personalmente presso i tintori presenti a Roma. Era, come spesso diceva, l'unico difetto per così dire, la sua debolezza, "l'unica concessione alla vanità avvenuta in un momento di pura follia". "I numi mi perdonino" si diceva, facendo seguire il tutto da una genuina risata.

Ma stavolta la sua tenda, le sue cose, i suoi amici non alleviavano la sua angoscia. E' all'accampamento nel deserto, fuori le mura e lì attende la notte. E' notte di nuovo nel deserto e per scaldarsi i soldati all'interno dell'accampamento si radunano in crocicchi vicino al fuoco dando origine ad un leggero frastuono e piacevoli risa: un'usanza mutuata dagli antichi greci e in uso anche presso i nomadi presenti nel deserto.

Longino però è inquieto, non riesce a comprendere né la ragione né l'origine

di quel turbamento. Ha voglia di pensare, di capire. Ha bisogno di silenzio e uscendo dalla sua tenda varca il corpo di guardia presente all'uscita dell'accampamento e si dirige verso i nomadi, in compagnia dei soli rumori del deserto portati dal vento. Era tanto tempo che qualcosa non lo turbava così tanto e non vuole farsi vedere così, non almeno dai suoi soldati.

E' il capocenturione... addestrato da Roma, il braccio esecutivo di Pilato dopotutto, ma ciò non lo pone al riparo di quello che gli sta accadendo.

Mentre cammina diretto verso i nomadi nei suoi occhi si affaccia qualcosa che lui credeva dimenticato, il pianto, e già sa cosa lo aspetta... l'infame sapore della solitudine e del suo fratello, il dolore e il peso della consapevolezza del suo animo.

Raggiunge i nomadi e si siede insieme a loro: stanno preparando la posca. Tutto sta avvenendo velocemente, e si sente stanco, ha freddo. Si avvicina al fuoco e sotto la luce cerca nella mente le cose di un tempo, la sua gioventù, il suo entusiasmo, e si rende conto che sono svaniti. Ora c'è solo il sapore amaro, vero che gli giunge dagli angoli delle sue labbra. Grazie alla luce del fuoco guarda le sue braccia, le sue gambe, le accarezza dolcemente; sta invecchiando e la sua lancia gli pesa. Non è un peso fisico e lui ne è consapevole: per questo non ha tolto l'ultimo sangue che sembra comunicare con lui. Poi all'improvviso un tremito lo scuote e si sente perso, solo, vulnerabile. Un nomade gli porge il suo mantello e lui lo ringrazia. Non era mai stato così e cerca una risposta negli occhi dei nomadiche ora gli porgono la bevanda. Si chiede se il suo stato d'animo traspaia agli occhi dei presenti.

Accetta la coppa tenendola tra le mani e ne apprezza il conforto che gli reca in questa notte così lunga. Si accomiata da loro ringraziandoli per la loro gentilezza. Nel silenzio del suo ritorno al campo un nuovo fremito lo scuote. E' costretto a fermarsi e immagina Pilato nel silenzio delle sue notti insonni che tante volte gli aveva confidato. Ne comprende gli stati d'animo: è come se lo vedesse seduto sullo scranno, con il suo fedele cane nero vicino, entrambi silenziosi mentre guardano il tramonto. E comprende quale prezzo Roma abbia chiesto in cambio, rendendoli così ciechi.

Giunge alla sua tenda e osserva le sue cose in ordine sulla rastrelliera. Si sente come sospeso: è nuova questa sensazione. Lucido di una nuova consapevolezza stavolta non trema, anzi. Si avvicina alla rastrelliera e pone tutto sul letto; tiene per sé solo la lancia e il mantello, accarezza i

suoi calzari da parata per l'ultima volta e li ripone ai piedi del letto.

Passa velocemente e silenziosamente vicino ai suoi compagni e si rende conto di quanto li ami, ma ha deciso: non vuole tornare più indietro, se ne va e domattina loro capiranno per primi, domandandosi come un atto o un gesto ripetuti centinaia di volte possa così turbarlo. Oltrepassa il corpo di guardia e si dirige verso il deserto. Ha con sé la lancia avvolta in una tela. Sceglie un posto vicino alle rocce e con cura ve la ripone. Mentre lo sta facendo la osserva un'ultima volta, non la pulisce, la lascia così com'è ora, e mentre compie tutto ciò di nuovo prova un fremito, violento, squassante. Sente il suo cuore morire. Longino respira a fatica, il cuore sembra esplodergli, provato da tanto dolore. Stremato da tanta angoscia riprende il controllo a fatica; e lentamente ripone con cura la lancia avvolta nella

tela nell'ultima dimora che ha scelto. Finisce si siede e all'improvviso un'ondata di calore e pace lo avvolge, si sente vivo per la prima volta... guarda le sue gambe, i suoi calzari quotidiani, il suo mantello, così e si sente libero e sorride sereno: pensa a Roma, ai suoi trionfi e li trova così vuoti, freddi, distanti da lui; poi si avvolge nel mantello, così amato e ne apprezza il calore come in gioventù e piano piano si addormenta disteso sulla roccia, cadendo in un sonno profondo e sogna.

Sogna un uomo che sorridendo cammina.

Lo scritto è stato fatto in compagnia dei Rolling stones, di Tommy dei Who e Acid Queen di Tina Turner.

Ringrazio Valentina per il suo incoraggiamento e per la sua revisione grammaticale (mi ha fatto pelo e contropelo) e i suoi consigli. E' dedicato a coloro ai quali piace e ovviamente a tutti voi (le ragazze e i ragazzi della Comunità).

Un fraterno abbraccio. Stefano.

Recensioni

Un'interessante lettura di *Gabriella, garofano e cannella* di Jorge Amado

di *Valentina B.*

Il romanzo, pubblicato da Amado nel 1958, è ambientato nella zona del cacao. Ad Ilheus vicino il porto di Bahia, nel 1925. Zona interessata da un vertiginoso sviluppo.

La terra e' dilaniata da un feroce contrasto politica per le vicine elezioni e per il controllo del territorio tra i vecchi fazendeiros, proprietari terrieri che conducono la lotta con metodi sanguinari e violenti e il nuovo, il progresso che avanza rappresentato da Mundinho Falcao.

In questo contesto si inserisce la storia d'amore tra l'arabo Nacib, proprietario del bar Vesuvio e la bella Gabriella, ragazza povera proveniente dal sertao in cerca di fortuna. Nacib ha appena perso la cuoca e si dà il caso che Gabriella sia dotata di straordinarie doti culinarie. Gabriella ha il corpo di un particolare

color cannella ed emana un prodigioso profumo di garofano. E' un'anima libera, non ama le costrizioni, sensuale e gaudente ama tutto ciò che è fisico e camale, ama ballare a piedi scazi, andare al circo, fare l'amore, cucinare.

Quando Nacib in preda alla paura di perderla decide di prenderla in moglie e farne una rispettabile signora, Gabriella accetta per amore del suo uomo. Smette di indossare il suo vestitino di cotone e di infilarsi rosse fra i capelli, mette le scarpe strette, segue Nacib ai circoli e alle serate danzanti ma dentro non è felice. Non le è permesso fare quello che più le piace e anche la passione con Nacib si raffredda. Gabriella solare, che gode di quel che ha, che non ama le imposizioni e i vincoli sociali non è fatta per il matrimonio e ben presto commetterà adulterio. La società maschilista e bigotta di Ilheus prevede in

questi casi il delitto d'onore ma una serie di circostanze fortunate permetteranno di arrivare al lieto fine.

Il retroterra conservatore e ipocrita del paese fatto di fazendeiros sanguinari, zittelle pettegole, mantenute è ritratto in vividi affreschi e i personaggi sono strutturati a tutto tondo. Accanto alla sensuale e generosa Gabriella appaiono altre figure di donna che rompono gli schemi: la mantenuta Gloria, la bellezza del paese che dopo una vita di agi decide di fuggire col Professore sfidando l'ira del colonello che la manteneva; e Malvina giovane indomita che dopo una delusione amorosa fugge dalla città per crearsi una vita basata sulle sole forze.

Una scrittura realistica, dettagliata e viva, ricca di vibrazioni insieme alla sapienza di Amado di ricreare odori, sapori, atmosfere fanno di questo testo un romanzo che non si dimentica facilmente.

Dalla prima pagina...

Restando nel Presente

di Paola Anelli

Cadute le resistenze al cambiamento le stesse persone oggi mi parlano di libertà.

Ora che hanno ceduto gli schemi e le convinzioni che sostenenevano la loro assenza dalla vita si rendono conto che cambiare significa essere qui: in un'emozione forte, in una paura improvvisa, nell'amore, in una partita a pallone, in una giornata trascorsa in un centro estetico, al parco con i bambini, al cinema con un amico.

Soltanto restando nel presente possiamo essere testimoni dell'esperienza della vita e parteciparvi al divenire

costante e mutevole che tutto può per ognuno di noi.

Il cambiamento porta con sé una serie di piccoli gesti quotidiani che possono rendere tutto e tutti importanti. Scegliere di vivere è possibile per tutti noi a prescindere dalla realtà dalla quale proveniamo.

L'attenzione costante alle nostre azioni, all'ascolto, all'osservazione, alla gratitudine, alla fiducia, al rispetto del nostro corpo e del nostro ambiente costituiscono il cambio della nostra realtà e ci permettono di fare di ogni giorno un capolavoro.

Nuovi interessi, nuovi occhi

di Nicolò Sorriga

Alcuni di questi argomenti sono diventati il punto di partenza per realizzare un articolo, altri invece sono serviti per comprendere onestamente che il mondo di fuori poteva aspettare e che prima era necessario continuare a lavorare su di sé.

In questi anni di lavoro in Comunità, a contatto con tante persone diverse, ho imparato quanto sia importante la curiosità e lo sviluppo di nuovi interessi da parte di chi sta avanzando per ritrovare indipendenza.

È difficile, perché la dipendenza porta a concentrare le proprie attenzioni su pochi e scontati argomenti che alimentano la noia e il malessere.

Per la mia esperienza credo che stimolare nuove curiosità sia un punto importante e così, insieme a Paola, abbiamo deciso di provare a raccontare alla redazione una storia diversa e di "diversi". Abbiamo iniziato a portare in Comunità la storia del manicomio di Roma, il "Santa Maria della Pietà".

La Comunità si trova in uno dei padiglioni che costituivano il complesso del manicomio. Con la redazione abbiamo iniziato una ricerca, siamo andati nei luoghi, ci siamo informati, ci siamo incuriositi. Quello che ne è nato è stato un lavoro che abbiamo racchiuso in due pagine di questo numero. Sono solo due pagine, ma in quelle pagine c'è l'espressione di una curiosità e di un interesse verso l'altro, c'è un lavoro di crescita che il gruppo ha saputo e voluto intraprendere con grande serietà.

Ne parlo con orgoglio perché è un risultato importante

e sono certo che tutte le persone che hanno voluto partecipare hanno acquisito qualcosa in più da un punto di vista umano e culturale, sono certo che hanno scelto di mettere in moto l'ingranaggio di qualche cambiamento.

Ogni giovedì entro in una sala dove si cambia e si cade, si scappa e ci si ritrova.

A volte rimango con dei fogli in mano a capire che non è giornata per grandi argomenti, altre volte mi accorgo che devo solo ascoltare e pesare bene le parole. E poi, a volte, vedo entrare qualcuno che ha accettato il cambiamento.

Lo strillo del giornale è *CambiaMenti* ed io, da privilegiato osservatore, li vedo ogni volta che mi siedo al tavolo di redazione.

Sono i cambiamenti di un gruppo che muta nella presenza o assenza di qualcuno, sono i cambiamenti che si realizzano di settimana in settimana in ogni direzione e con fatica.

Sono i cambiamenti di chi arriva stremato da una vita maltrattata, con gli occhi semichiusi e le mani tremanti; sono i cambiamenti messi in atto da chi entra in terza fase, trova nuove risorse ed interessi, ricomincia un lavoro o lo studio e non dimentica i suoi occhi semichiusi di qualche tempo fa. Quegli occhi che oggi brillano, cercano nuove strade e che ogni giovedì auguro ad ogni donna e uomo della redazione di ritrovare guardandosi allo specchio.

Fatti Stupefacenti!

è un periodico sulle dipendenze nato dal laboratorio editoriale **Altri Giornali** che l'*Associazione La Farfalla* realizza nel Centro Diurno "Stella Polare" dal gennaio 2010.

Fatti Stupefacenti! è interamente composto da articoli, scritti e pensieri realizzati dalle persone che frequentano la struttura e che si confrontano con tematiche legate alla dipendenza, ma non solo.

Punti di vista importanti perché appartengono a persone che si sono confrontate con realtà difficili o che stanno attraversando un percorso di guarigione.

Pensieri che possono offrire spunti di riflessione di comune utilità e attualità.

Per Info sui Progetti, i Laboratori e le attività dell'Associazione La Farfalla
www.lafarfalla.org
info@lafarfalla.org



Potete leggere e scaricare in PDF tutti i numeri di **Fatti Stupefacenti!** su
www.lafarfalla.org
www.centrostellapolare.it