



Fatti Stupefacenti!

Periodico di informazione sulle dipendenze

Dicembre 2016 - numero nove

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

Storie e vissuti tra passato e presente

Qualcosa di nuovo

di Paola Anelli

Il vissuto rappresenta tutto quello che abbiamo passato sino ad oggi, poi c'è quel che viviamo e quel che vivremo. La radice di tutto questo è la vita.

VITA è ciò che ci nutre, ci appartiene, ciò che ogni giorno scegliamo facendoci a volte anche del male. È il nostro unico e reale patrimonio, è tutto ciò che realmente possediamo per un tempo breve o lungo che sia.

Ho ascoltato storie da sempre, da quando ero molto giovane. Ho questo importante dono di ascoltare ed ho sempre cercato di farlo senza giudizio e preconconcetto, non perché io sia particolarmente buona ma per il fatto che in ogni storia c'è una grande opportunità che mi affascina e che mi fa pensare: dall'esperienza della nostra vita e da quella degli altri può nascere sempre un nuovo germoglio da un seme nuovo che diventerà un albero sul quale costruire una casa, mangiare dei frutti, oppure cadere.

Credo che il nostro vissuto ci debba far vedere "come" facciamo e come abbiamo fatto e non "perché" abbiamo fatto; quest'ultima è una domanda esistenziale aperta alla quale non è possibile dare una risposta. Se penso a "come" ho fatto e se penso a quello che ho realizzato ho la possibilità di cambiare qualcosa, posso fare in un altro modo. Posso anche osare per cambiare tutto. Solo osando qualcosa di nuovo (totalmente nuovo) per il nostro vissuto, tutto può diventare cambiamento fino a definire il progetto che dia senso alla nostra esperienza.

A volte le storie di chi ha avuto esperienza di dipendenza sembrano tutte uguali. In realtà ogni vissuto ha dei colori tanto diversi ed ogni sfumatura di quei colori può rappresentare la nostra diversa opportunità, può renderci unici e con uniche possibilità.

Mi racconti la tua storia?

di Nicolò Sorriga

Questo numero di *Fatti Stupefacenti!* è dedicato alle storie perché di storie, nell'ultimo anno, ci siamo occupati.

Lo abbiamo fatto raccontando e ascoltando le storie e i vissuti personali di ogni persona che ha partecipato, per un tempo più o meno lungo, al lavoro della redazione; lo abbiamo fatto inventandole, attraverso

il Laboratorio di scrittura guidata che circa un anno fa, appunto, abbiamo proposto agli ospiti della Comunità. In entrambi i casi al centro di tutto c'è stata la voglia - e in alcuni casi la necessità - di raccontarsi.

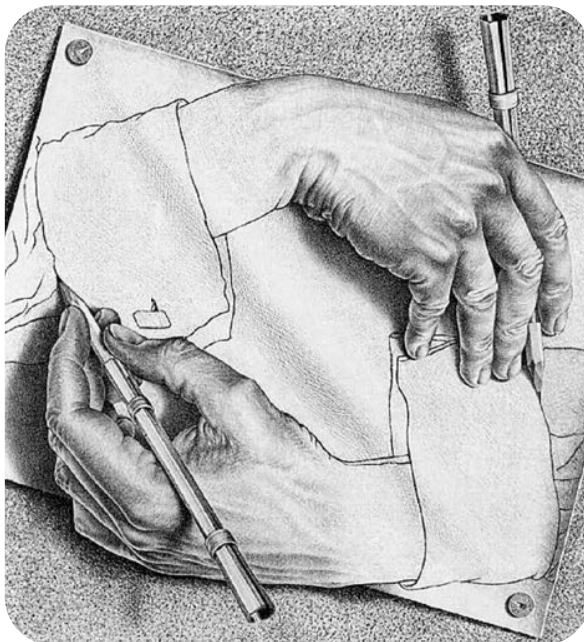
Questo giornale, e in più in generale il Laboratorio nel quale nasce, compie sei anni. Sei anni durante i quali ho incontrato decine e decine di persone, ho ascoltato storie, aneddoti, pezzi di vita, sogni e disillusioni, paure e desideri, porzioni di segreti e segreti tutti interi.

In questo Laboratorio mi sono esercitato nel corso del tempo ad ascoltare ed osservare la realtà da punti di vista sempre diversi. La realtà che ho

visto attraverso le voci di ognuna delle persone che ho incontrato ha assunto i colori di mille diverse e personali verità.

Ho ascoltato la descrizione di tante emozioni, il differente modo di affrontarle, accettarle o non volerle sentire; spesso ho sentito racconti che contenevano elementi che anche io, nella mia vita, ho conosciuto. Sì, nei racconti di persone dipendenti da eroina o cocaina, nelle storie di chi ha commesso reati per i quali si sta scontando una lunga pena, io ho sentito qualcosa che mi apparteneva.

D'altra parte (e questa è psicologia spiccica...) in ogni storia c'è qualcosa che ci appartiene, che ce la fa sembrare vera, simpatica, dolorosa, paurosa o addirittura terrorizzante al punto da non volerla ascoltare.



La seconda pagina...

Redazione

La Comunità Diurna “Stella Polare”

Fatti Stupefacenti!

Periodico sulle dipendenze

Anno VI - Numero 9
Dicembre 2016

Editore

Cooperativa Azzurra 84

Responsabili di Redazione

Paola Anelli, Nicolò Sorriga

Grafica, impaginazione e disegni

Claudio Asara

In Redazione

Roberta - Valentino - Daniele -
Cristian - Ilaria - Nadia -
Lorenzo - Luigi - Gabriele

Stampa

Cooperativa Azzurra 84
Via dell'Acquedotto Paolo 73
00168 - Roma

Redazione

Comunità Diurna “Stella Polare”
Padiglione 23
del Complesso Ospedaliero
Ex S.M. della Pietà

Testata in attesa di registrazione
presso il Tribunale di Roma

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

Dalla Redazione

Vita Comunitaria

Quotidianità, lavori e attività nella Comunità “Stella Polare”*a cura della Redazione*

Siamo un gruppo di otto persone, ospiti della Comunità Stella Polare. Ognuno di noi è qui per affrontare un percorso terapeutico e di cambiamento per superare le problematiche comportamentali relative alle nostre diverse dipendenze da sostanze, da gioco, dall'alcool, da problemi alimentari e affettivi.

La nostra Comunità è uno spazio dove si vive quotidianamente dalle 9.00 alle 17.00, dal lunedì al venerdì. Il percorso terapeutico all'interno della Comunità è articolato in tre fasi.

Nella prima fase ci sono dei colloqui di sostegno mentre nella seconda e nella terza sono previsti colloqui psicoterapeutici e psichiatrici individuali accompagnati da un sostegno farmacologico. La prima fase è denominata Osservazione e diagnosi. In questa fase gli operatori valutano le persone che arrivano al fine di indirizzarle verso il percorso migliore. Chi si trova in prima fase partecipa ad un gruppo settimanale che si svolge la mattina. Di solito questa fase può durare tra i tre e i quattro mesi.

Superata questa fase, chi è considerato idoneo per il Centro Diurno, rimane in Comunità e passa in seconda fase. In seconda fase inizia il percorso terapeutico: un colloquio individuale a settimana, un gruppo dedicato alle persone in seconda fase e tre gruppi pomeridiani ai quali partecipano tutti gli ospiti, indipendentemente dalla fase nella quale si trovano. Il gruppo del venerdì è utile per la programmazione del weekend, ovvero, ogni persona parla di quello che ha stabilito di fare durante il fine settimana. Il gruppo del lunedì è un gruppo di verifica per confrontare quello che si è stabilito nella programmazione. I gruppi hanno una grande importanza perché consentono di conoscere meglio le storie delle altre persone.

L'ultima fase è la terza fase, il momento in cui si raggiungono gli obiettivi terapeutici e si inizia un graduale distacco dalla Comunità. Chi si trova in terza fase partecipa ad un gruppo settimanale che funge da verifica e da sostegno per il reinserimento nella società.

In Comunità arrivano spesso persone nuove. Lo spirito del gruppo, nei primi giorni, è quello di inserire la persona nuova nel gruppo e nella Comunità. A volte però si scontrano personalità con vissuti forti e l'inserimento è più difficile e più lento. L'ingresso di una persona nuova, molto spesso, fa rivivere in chi è già più avanti con il programma, esperienze passate perché chi entra in Comunità si trova in una condizione che tutti hanno vissuto e conoscono. Questo aspetto mette in evidenza i cambiamenti che una persona ha fatto durante il percorso e porta anche a non avere giudizio per le condizioni di chi entra da poco.

Per alcune persone quella in Comunità è una convivenza un po' forzata. Questa sensazione è vissuta soprattutto da chi, avendo già alle spalle anni e di programma, e avendo raggiunto gran parte degli obiettivi prefissati, si deve adeguare e trovare soluzioni equilibrate con chi invece è appena entrato. Questo significa dover affrontare e confrontarsi con dinamiche già vissute.

Ognuno nella casa, a rotazione, ha un compito differente. Ogni giorno infatti bisogna pensare a: pulire la casa, preparare il pranzo, curare il giardino e l'orto.

Nella casa ci sono due responsabili di settore: uno per la casa e uno per il giardino. I responsabili vengono nominati dagli operatori e sono scelti per motivi terapeutici. I responsabili sono scelti per far maturare in loro il senso di responsabilità e quindi per crescere. Al responsabile interno è affidato il compito di organizzare i turni settimanali di lavoro interno: pulizie, cucina, apparecchio, ricariche dei prodotti per la casa. Al responsabile esterno è affidato il compito di organizzare il lavoro delle attività esterne: pulire il giardino, curare l'orto, innaffiare e affidare ad ognuno un compito giornaliero.

Tutte queste attività hanno una loro valenza e un loro significato. Questi lavori consentono di distrarsi da tanti pensieri e quindi di occupare la mente e forgiarsi il carattere. Si imparano a fare delle cose che molti prima pensavano di non poter fare.

I lavori, come tutte le attività in Comunità, sono lo specchio della realtà esterna. Tutti i giorni ci si adopera per un'attività costruttiva e non distruttiva. In questo modo ci si allena e si acquisisce un metodo per un vivere sereni fuori dalla Comunità quando il percorso sarà terminato.

Spesso, venendo da una realtà diversa, il lavoro viene vissuto in maniera pesante e frustrante. I primi tempi è più duro perché non si è abituati al lavoro e alle sue regole. Questo però non vale per tutti. Ci sono infatti persone che trovano nel lavoro e nella sua applicazione un motivo di benessere e di felicità anche perché il lavoro è un'attività che rende le persone indipendenti e più sicure in se stesse.

Per far sì che tutto funzioni all'interno di una Comunità sono necessarie delle regole. La regola rende tutti uguali perché tutti sono tenuti a rispettarla. Non a tutti viene spontaneo rispettarla. Ci sono persone che hanno più difficoltà di altre. Non sempre è facile seguire le regole perché a volte ci si sente svogliati e frustrati. Le regole ti fanno stare a contatto con la realtà, con quello che c'è fuori, e soprattutto fanno stare in contatto con se stessi e questo è molto difficile soprattutto per chi nella vita ha sempre cercato di fuggire da se stesso, aggirando appunto le regole. Questo è l'insegnamento principale delle regole e della loro applicazione.

Tra le varie attività che si svolgono, il giovedì pomeriggio è dedicato all'aggregazione. Si organizzano delle cose da fare tutti insieme sia all'interno della Comunità che all'esterno (nel periodo estivo). All'interno della Casa si organizzano giochi di società o visioni di film, mentre d'estate si gioca a pallavolo, si fa una passeggiata o si organizzano escursioni, gite o visite guidate.

Il venerdì mattina c'è il laboratorio redazionale che è condotto da operatori esterni alla Comunità. Nel laboratorio si realizza il giornale Fatti Stupefacenti! E si scrivono storie con la modalità del racconto guidato e della fiabazione.

Storie

Mi chiamo Lorenzo,

la mia storia inizia il 16 settembre 1989 a Roma nell'ospedale "Cristo Re". Mia madre fu portata a partorire di corsa perché ebbe un attacco di gestosi e così nacqui di sette mesi. Ero piccolo piccolo e rimasi in incubatrice per oltre un mese. Tutto filava liscio nella mia vita, ero un bambino un po' timido e introverso, ma comunque tutto nella norma.

A 17 anni incontrai una ragazza di nome Roberta. Iniziammo a vederci e ci trovammo bene insieme, lei era più grande di me di quasi due anni. Era una ragazza molto difficile, aveva qualche problema con l'alcool ma niente che non si potesse curare, infatti smise di bere quando si mise con me. Non aveva una famiglia e così, di punto in bianco, decisi contro tutto e tutti di portarla a vivere con me. Soprattutto lo feci avendo contro il parere dei miei genitori. Rimanemmo insieme per quattro anni ed è con lei e per lei che per la prima volta mi sentii senza via d'uscita e con una

depressione suicida. Nel frattempo avevo iniziato a frequentare uno psichiatra che mi diede una cura che, oltre alla fame nervosa, mi fece ingrassare oltre i 100 chili dai 75 che ne pesavo. Con Roberta finì tutto quando lei mi lasciò per un altro. All'inizio ero devastato ma dopo una settimana stetti meglio e capii che la nostra era diventata una relazione abitudinaria.

Non passò molto tempo e mi fidanzai con Martina, una ragazza della quale anche oggi sono in parte innamorato. Stavamo bene, ma lei iniziò ad avere problemi di depressione e schizofrenia e così dopo tre anni ci lasciammo, o meglio, mi lasciò. Da lì iniziai a sperimentare le droghe, su tutte la ketamina, ma anche cocaina, MDMA e tutto ciò che c'era sul mercato. Con il tempo provai anche l'eroina e da lì iniziai ad esserne affascinato, così, dopo qualche tempo, diventò il mio stile

di vita. Mi sentivo depresso e volevo una motivazione di vita anche se strana e mortale come questa. Iniziai a prenderla sempre inalandola e poi passai ad iniettarmela, sviluppando allo stesso tempo una dipendenza da cocaina.

Così mi ritrovai ad iscrivermi al Ser.T e dopo un anno e mezzo finii la cura con il subuxone.

Ma non ce la feci e così iniziai di nuovo a buccarmi. Decisi di venire al Centro Diurno "Stella Polare" e incontrai vari dottori. Grazie a loro entrai al Centro dove oggi mi sto curando e da dove scrivo. Sto lavorando per lasciarmi alle spalle i miei fantasmi, cercando di mantenere l'astinenza da droghe. Qualche cambiamento è avvenuto e ne sono felice. In questo periodo specialmente, mi sembra che le cose vadano sempre meglio.

Sono Gabriele,

ho 34 anni e sono nato a Roma da una famiglia molto modesta di persone semplici che hanno sempre lavorato ed hanno ottenuto tutto ciò che hanno con i sacrifici e il sudore della fronte. fino a qualche anno fa, la mia famiglia era composta da me, mio padre, mia madre e mia sorella. Purtroppo, circa cinque anni fa un male incurabile si è portato via mia madre, punto tragico e critico della mia storia di vita personale. Avrei molto da raccontare, cercherò di essere breve ma allo stesso tempo di non trascurare nulla.

Sono circa tre settimane che sono rientrato al Centro Diurno. Ci venni la prima volta nel febbraio 2013 e ci rimasi nove mesi. Fu un tentativo e non ottenni dei risultati, forse anche perché non c'era molta convinzione da parte mia nel cambiare vita e quindi il mio si dimostrò un impegno superficiale. Lo feci soprattutto per mio padre perché dopo la morte mia madre persi definitivamente la voglia di vivere e di conseguenza persi il controllo rispetto all'uso delle sostanze. Volevo raggiungere mia madre, riuscivo solo a vedere quello che avevo perso e non quello che mi era rimasto, cioè mio padre e

mia sorella. Era un punto di vista egoistico e nello stesso tempo ricco di dolore che non riuscivo ad affrontare.

Questo è un ritorno al passato che mi fa male, ancora ho dei sensi di colpa nei confronti di mia madre, fatico a trattenere le lacrime.

Vista la situazione al Centro Diurno, lo staff decise che per me era meglio entrare in una comunità chiusa e così andai nella Comunità "Approdo".

Lì conobbi una ragazza ed iniziai una relazione che dopo circa quattro mesi mi portò ad essere allontanato dalla Comunità.

Per me fu un brutto colpo e dopo nemmeno due ore che ero fuori, mio padre mi trovò in casa svenuto con la siringa nel braccio. Era l'inizio di un'overdose. Tornai al Centro Diurno per un breve periodo e la mia situazione era peggiore di quando entrai la prima volta. Per circa due giorni mi sforzai di venire al Centro (che si mise di nuovo disposizione per aiutarmi) ma la situazione era critica.

Fui mandato per circa un mese e poco più in una clinica psichiatrica e da lì in una nuova comunità chiusa, la "Cu-

smano", dove ho trascorso circa trenta mesi.

Quasi alla fine di questo percorso purtroppo (dico purtroppo perché ne sto ancora pagando le conseguenze) iniziai nuovamente una relazione con una ragazza entrata da poco. Questa relazione mi ha causato dei problemi che, dopo circa due anni di astinenza, mi hanno portato a ricadere. Comunque, grazie al lungo percorso nella seconda comunità, sono riuscito a capire la gravità di quello che stavo ricominciando a fare e ho preso la decisione di rientrare al Centro Diurno "Stella Polare" prima che la situazione degenerasse.

Tornando alle origini della mia storia, posso dire che ho iniziato ad utilizzare sostanze a 19 anni a causa di altri tre abbandoni che hanno condizionato la mia vita. Sono stato lasciato dalla mia prima vera ragazza (il cosiddetto primo amore), ho vissuto la morte di un mio caro amico e poi la morte di mia nonna.

Questi lutti alla fine mi hanno fatto perdere il controllo sulle sostanze ed hanno fatto uscire la mia natura dipendente.

Storie

Sono Nadia,

una trentacinquenne romana, nata negli anni ottanta nella capitale italiana e lasciata in istituto appena partorita. Dopo cinque mesi Carlo e Flora, i miei genitori adottivi, mi adottano appunto e divento un nuovo elemento della loro famiglia. I primi anni sono pieni di amore tra nonni e genitori, soprattutto una presenza massiccia ed onnipresente della famiglia materna. Nel 1986 succede qualcosa che va a sgretolare i meccanismi di naturalezza della famiglia a seguito di un incidente mortale che vede coinvolta mia nonna materna Esmeralda. Da quell'episodio iniziano i primi segnali depressivi di mia madre. Carlo e Flora sono persone colte, di sinistra, con una grande voglia di avere una figlia esemplare negli atteggiamenti e nell'andamento scolastico. Cresco opponendomi fin da subito alle regole formali indotte dalla famiglia; divento da subito una ragazza ribelle, con il suo pallone da basket a portata di mano, le chiavi di un SH usato e la voglia di un'anarchia che mi porterà presto a conoscere il mondo della droga e del gioco.

Avevo appena 17 anni e su piatto nero di un pub romano seminterrato consumavo la prima striscia di cocaina insieme a qualche amico di scuola e al mio compagno Kiko, un marocchino 38enne mai piaciuto ai miei genitori. Me

ne vado di casa a 17 anni, utilizzando per i miei disastri la casa al quinto piano della stessa palazzina dei miei genitori, liberata dai nonni. Da lì cominciano le sniffate di enormi quantitativi di cocaina con una sintomatologia anoressica che accompagna le mie giornate scandite da un iter giornaliero che andava e si svolgeva in un mondo troppo adulto per l'età che avevo.

Dopo pochi mesi un'amica di famiglia, psicanalista, viene a trovarmi e capisce la mia situazione: mi preleva dalla casa, comunica tutto ai miei genitori e da quel momento intraprendo il mio primo percorso comunitario presso il CEIS di Civitavecchia dove rimarrò per otto mesi per curarmi, succeduti da un'altra comunità, questa volta diurna, in cui sussisteva il programma di reinserimento nella vita normale. Trascorsi questi anni, fino al 2003 conduco una vita piuttosto normale, concludo il liceo, ho amicizie pulite ma con la bulimia che riprende piede. nel 2003 un cancro fulminante colpisce mio padre che nel giro di due mesi muore. Da lì ricomincia un rapporto terrificante con mia madre, caratterizzato da un'inversione di ruoli e con una mia nuova frequentazione di una comunità per curare i DCA (Disturbi del Comportamento Alimen-

tare) situata a Rimini. Qui rimango dal 2005 al 2009, mi innamoro della mia prima donna, Giusy, faccio coming-out una volta per tutte e risolvo tutti i problemi.

Nel 2009 ritorno a Roma ormai con la mia storia d'amore alle spalle, mi innamoro sul posto di lavoro di un'altra donna con la quale convivrò insieme a suo figlio per 7 anni. Questi sono gli anni che manifesteranno una mia grande insoddisfazione personale e mi porteranno a giocare d'azzardo arrivando a gennaio 2016 a lasciare Sabrina, vendere la mia casa e giocarmi tutti i soldi della vendita con una escort di nome Giulia, rumena della quale mi sono innamorata con un chiodo scaccia chiodo.

Ad oggi mi ritrovo nella comunità "Stella Polare" per curare la mia dipendenza dal gioco. Prima di arrivare qui sono scappata due volte da una comunità residenziale a Fano e poi, appunto, ho scelto di entrare in una comunità diurna nella mia città.

Dormo dalle suore e vengo qui. Mia madre preferisce avermi distante per non continuare a litigare e a massacrarci. Ecco, questa è la storia di Nadia Evangelisti, ovvero la mia!

Sono Roberta,

sono nata a Roma, ho 51 anni e ho una sorella più piccola di me di tre anni che sta lottando con un tumore al seno. Papà è morto dieci anni fa e mia madre, dopo dieci anni di calvario con l'Alzheimer, è deceduta circa cinque anni fa.

Frequento la Comunità "Stella Polare" ed oggi non ho paura di ascoltare le mie emozioni, ho la certezza che sono cambiata e mi affascina sapere che posso cambiare ancora. È cambiato il mio modo di pensare, i miei atteggiamenti, so quando mi devo fermare e non farmi travolgere da ogni cosa; soffrire pure, ma accettare i miei limiti. Usando il buonsenso a volte si può sopportare anche la frustrazione e la sofferenza. Riconosco i miei stati d'animo, oggi ho degli strumenti per poterci lavorare. Riconosco dove poter piantare dei paletti per poter difendere la mia zona e proteggermi. Finito il percorso in Comunità ho un progetto di lavoro a casa mia: cucinare per cene di lavoro e affittare camere. Vorrei

impegnarmi per rendere più accogliente il mio giardino, non soltanto con fiori e alberi ma anche con un'accoglienza di animali, una mini-fattoria. Amo ogni respiro di vita, la natura, gli animali che donano il loro amore infinito, immenso e gratuito. Entrando nel loro mondo si impara di più a comprendere la sofferenza e la sopravvivenza.

Sono nata ed ho vissuto fino all'età di sette anni ai Colli Portuensi. Ho vissuto tra il ristorante di mio padre - dove venivo sbalottata dai clienti che venivano a mangiare e da loro venivo imboccata - e le suore. Mi sarebbe piaciuto studiare merceologia, scienze e geografia, ma appena quindicenne mio padre mi obbligò a lavorare. Non importava dove, l'importante era portare i soldi a casa. A 16 anni ho subito la mia prima violenza. Incolpavo mio padre di questo ed ho continuato a vendere il mio corpo, portando a casa un sacco di soldi. Mio padre giocava a carte e aveva sempre in tasca malloppi di soldi

pronti per prestiti e giochi. A 25 anni cominciai a lavorare negli hotel di lusso, ho servito a centinaia e centinaia di matrimoni, ho conosciuto centinaia e centinaia di persone del mondo dello spettacolo e con loro uscivo di notte. Avevo lasciato da poco un gruppo musicale fondato da me e mia sorella, io ero la batterista e cantante, ma continuavo a cantare nei piano bar. Lasciai anche la corsa e gli allenamenti a livello agonistico. Mio padre mi faceva lasciare tutto quello che per me era importante per il mio lavoro. Al tempo non riuscii nemmeno ad accettare la morte del mio compagno; morì in un modo abominevole, non sapevo che facesse parte della banda della Magliana. Tentai anche di togliermi la vita per una donna che mi sconvolse la vita e fu in quel periodo che incontrai Rita, una donna che dandomi uno schiaffo sul viso iniziò a farmi capire molte cose. È cominciato così il mio voler mettermi in gioco e iniziare a cambiare.

Storie

Mi chiamo Daniele,

sono nato a Roma, ho 30 anni. Ho un padre ex tossicodipendente, una madre e una sorella di 28 anni. Mio padre e mia madre si può dire che siano dei separati in casa.

Vivo ancora con i miei. Purtroppo devo ancora curarmi per poi trovarmi un lavoro che mi permetta di essere autonomo. Sono sempre rinchiuso in casa e mi chiudono la porta di casa perché hanno paura che io possa andare a fare quello che ho sempre fatto: bere. Mi sento imprigionato, ma la terapia che prendo mi aiuta a rimanere stabile e non ho intenzione di fare delle cavolate. Spero che riprendano fiducia in me perché vivere così non è vita. Sto frequentando la Comunità

“Stella Polare” per raggiungere degli obiettivi. Non sono molti, credo di potercela fare. Sono circa 14 anni che faccio uso di cocaina e alcool. I primi tempi lo facevo per curiosità, ma dopo qualche anno l'alcool era diventato per me indispensabile, non riuscivo a farne a meno. Con gli amici che avevo facevamo un po' per uno con i soldi per comprare la cocaina. Dal 2010 ho iniziato a comprarla da solo. Mi chiudevo in camera e la consumavo da solo. Nel 2006 ho iniziato a lavorare in una ditta di termoidraulica e nonostante sul lavoro non abbia mai fatto uso, venni licenziato nel 2013 a causa delle frequenti assenze ingiustificate. Non avvertivo al lavoro delle

mie assenze, tornavo a casa la mattina e mi mettevo a dormire. Da quando ho perso il lavoro ho avuto un tracollo. Abusavo di alcool già di prima mattina, poi usavo tutti i giorni la cocaina. Per riprendermi sono stato ricoverato in quattro cliniche psichiatriche dal 2013 al 2015 ed ho avute diverse ricadute. Nel 2015 sono entrato in Comunità. Ho frequentato la Comunità per un anno, mi ha aiutato molto a distaccarmi dal giro che avevo intrapreso, ma quando sono uscito dalla Comunità sono nuovamente ricaduto. Sono stato quindi ricoverato nuovamente in clinica psichiatrica e dopo sono entrato qui alla “Stella Polare”.

Mi chiamo Valentino,

sono di Roma, ho 35 anni e vivo con i miei in città. Sono in cura da tre mesi presso la Comunità “Stella Polare”, un centro diurno per le tossicodipendenze.

Da quasi due mesi non ho più il craving (il desiderio impulsivo per una sostanza psicoattiva ndr.) e cerco di frequentare il centro il più possibile per uscire dalla dipendenza. Sono un poco più calmo, amo sempre avere il sorriso e ridere, non gioco più al pc, sono sereno e sono molto concentrato a finire il

percorso e tornare al cantiere.

Tutto ebbe inizio quando persi un amico per cause sconosciute. Me lo disse un'amica per telefono, venni a sapere che altri amici mi stavano cercando per menarmi perché dal dolore e dall'incredulità non andai al funerale. Alla fine presi anche un pugno sul naso e mi sentii tradito.

La mia vita cambiò radicalmente e dopo l'ospedale e 25 giorni di prognosi, scartai tutte le amicizie in comune, allontanai tutti e

iniziai a fumare le canne. In seguito iniziai ad assumere qualsiasi tipo di droga, ma non sono mai arrivato ad iniettarla per paura delle “puncicate”, ma salivo sempre di più nella quantità.

Volevo solo raggiungere il mio amico, iniziai ad avere paura ad uscire di casa e questo mi portò a crearmi una vita alternativa e “virtuale”: casa-lavoro-lavoro-casa-pc. Vorrei tanto poter cambiare il mio passato, addirittura cancellarlo.

Cristian, cosa mi dici dopo tutto questo tempo trascorso qui in Comunità?

Cosa posso dirti... sicuramente sono entrato qui per scontare parte della mia condanna. Meglio in Comunità che in carcere! Inizialmente pensavo fosse solo questo. Poi, dopo un breve periodo, ho iniziato ad entrare un po' di più nel lavoro terapeutico. Ho iniziato a lavorare seriamente su di me, riconoscere cosa non andava, e ho cercato di mettere impegno per raggiungere i miei obiettivi.

E li hai raggiunti secondo te?

Sì. Sicuramente sono ormai distante totalmente dalle sostanze. Per gli altri aspetti ci sto lavorando...

Che cosa intendi Cristian?

Intendo dire che la mia vita sociale era una vita di illegalità e di reati ed era talmente ra-

dicata in me fin da quando ero ragazzo che è stato veramente difficile cambiare. D'altre parte ho sempre avuto modelli familiari che conducevano una vita un po' come la mia, tanto che a volte mi è sembrata una vita normale.

Oggi mi rendo conto che in questo momento per stare lontano da tutto questo, oltre la paura fortissima di essere fermato di nuovo, ho compreso che quel tipo di vita non mi portava da nessuna parte.

Voglio vivere per me e per la mia nuova famiglia e su questo sto lavorando costantemente qui in Comunità.

A proposito di Comunità, come si svolge la tua giornata alla “Stella Polare”?

Tutto sommato bene. In alcuni momenti l'ho vissuta come una convivenza forzata. Spesso mi ritrovo ad avere un comportamento da leader e questo fa sì che io mi senta di farmi carico del buon andamento della convivenza

in Comunità. Per chi ha vissuto come me, è comunque molto difficile vivere in modo così rituale e sempre uguale.

Quando finirai il tuo percorso come pensi di mettere in pratica quanto hai imparato in questa esperienza?

Durante questo percorso mi sono sposato ed io e la mia compagna aspettiamo un secondo figlio che nascerà durante l'estate. La mia intenzione di oggi è quella di trovarmi un lavoro e vivere la mia famiglia, dedicando il tempo e le giuste attenzioni e pensieri ai miei figli, facendoli sentire importanti ed amati. Spero di riuscirci.

Già so che servirà tanta forza e tanta intenzione ogni giorno.

Oggi ho capito che la misura di un uomo è altro da quello che ho sempre pensato.

Oggi so che il coraggio è FERMARSI.

(Intervista di Paola Anelli)

Storie

Il mio nome è Luigi,

ho 38 anni. Ho iniziato ad usare la droga dieci anni fa. Inizialmente facevo uso solo di cannabis. Fino ad allora non avevo mai usato la droga. Facevo il grafico pubblicitario ed è solo per curiosità che ho iniziato a fare uso di sostanze. Ho perso mio padre a causa di una malattia quando avevo 14 anni e credo di aver elaborato bene questo lutto. È per questo che credo che la motivazione del mio utilizzo di cannabis non sia stata questa perdita, tanto è vero che ho iniziato successiva-

mente a fare uso di cocaina sempre per curiosità e per la frequentazione di persone più grandi di me. All’inizio stavo bene, avevo diverse storie sentimentali, lavoravo come barista - ho iniziato a lavorare all’età di 13 anni -. Durante questi dieci anni di dipendenza ho avuto due figli che ora hanno 5 e 7 anni. Vorrei fare il papà, ma purtroppo la mia relazione oggi non lo consente. La mia famiglia è distante da qui e mano a mano la distanza reale ha iniziato ad accorciare la distanza del-

l’amore. Vedevo la mia famiglia solo il sabato e la domenica, continuavo a fare uso di sostanze ed alcune volte ne abusavo. Mi sento “cancellato” in qualche modo. Sono entrato nella Comunità “Stella Polare” per riprendermi un po’ e per capire un po’ meglio. Precedentemente a questa Comunità ho anche fatto un’esperienza residenziale. Ora vivo con mia madre che non si è mai risposata. Ho grande difficoltà nella gestione delle mie emozioni.



Affidabilità e pazienza

Intervista a Michele Noè, operatore del Centro Diurno "Stella Polare"

Da quanto tempo fai questo lavoro e quali sono le motivazioni che ti hanno portato a sceglierlo?

Sono circa 8 anni che faccio questo lavoro. L'incontro con la tossicodipendenza è stato casuale. Ho conosciuto una persona che lavorava in una casa famiglia. Mi ha invitato per vedere cosa faceva. Ci sono andato ed ero assolutamente ignorante rispetto a quelle che sono le problematiche della tossicodipendenza. Pensavo fossero problematiche legate ai vizi legati alla persona. È stato un incontro illuminante, perché ho soprattutto incontrato delle persone. Dietro l'etichetta della tossicodipendenza ci sono sempre delle persone con le loro storie e un bagaglio importante di sofferenza. Ho scoperto che la tossicodipendenza è una malattia e non un vizio. Da lì ho iniziato a studiare e approfondire il tema ed ho iniziato a fare l'operatore. Prima di fare l'operatore lavoravo in uno studio legale.

Per noi sei un operatore affidabile e paziente. Come fai a mantenere la calma e la pazienza visto che non è così semplice lavorare con persone con le nostre problematiche?

So che questo è un lavoro particolare e quindi incontri delle persone che hanno dei problemi e che hanno necessità di aiuto. Non mi innervosisco perché in momenti di crisi capisco che dietro c'è una necessità e un bisogno e non un capriccio.

Capendo questo si capisce qual è la strada da percorrere. Le problematiche che le persone portano sono molto importanti e vanno affrontate con rispetto e delicatezza. Il rischio è sempre quello di ferire le persone e avere la sensazione di poter arrecare danno è una cosa molto importante.

Come gestisci le eventuali ricadute di qualcuno che ha finito il programma, che cosa provi nel sapere che una persona, dopo tanto tempo trascorso in comunità, torna a fare delle scelte sbagliate?

Una cosa che questo mestiere ti insegna è che non sei onnipotente. Devi imparare ad accettare anche il fallimento. Bisogna avere ben chiaro in mente che la tossicodipendenza è una malattia cronica recidivante ma sono assolutamente convinto che la comunità offra degli strumenti. La ricaduta ci può essere ma sono certo che la persona che ha fatto un percorso ha degli strumenti che può utilizzare, ha la possibilità di chiedere aiuto e mettersi in sicurezza. La comunità è un momento, uno spazio, un'oasi.

La vita porterà gli utenti a fare delle scelte, molte volte difficili, ci possono essere degli arresti. Dall'errore si può avere la possibilità di migliorare, di fare qualcosa di positivo e di buono.

Allo stesso tempo, cosa provi quando vedi una persona che riesce a superare i problemi che l'hanno portata in comunità?

Vedere una persona che riesce a superare i propri problemi è assolutamente gratificante.

Come riesci a scaricare lo stress che si accumula in questo lavoro?

È importante avere la possibilità di staccare. Staccare significa allontanarsi, non pensare alle problematiche che si incontrano durante la giornata. Così come è necessario avere dei periodi in cui si fa altro e si pensa ad altro. Questo non significa non pensare alle persone che sono in comunità, anche perché con le persone si crea un rapporto umano, il pensiero spesso corre alle persone che sono qui dentro anche quando si è fuori.

Nelle tue dinamiche di vita utilizzi gli stessi strumenti che nel tuo lavoro ti consentono di gestire e risolvere le situazioni? Riesci a mantenere la stessa calma e pazienza che hai nel tuo lavoro oppure no?

Gli strumenti diventano credibili nel momento in cui li fai tuoi, altrimenti sarebbe un palcoscenico sul quale recitare un ruolo.

Non puoi metterti una maschera. È chiaro che fuori della comunità sono un po' capriccioso anche io e mi permetto delle licenze che qui non ci sono. La mia dimensione umana viene fuori, nel bene e nel male.

Nel futuro ti piacerebbe proseguire in questo tipo di lavoro?

Sono convinto di una cosa: questo lavoro o lo si ama o lo si odia. Io amo questo lavoro e mi auguro di proseguire e lavorare in questo ambito. Nei momenti difficili a volte pensi "chi me lo fa fare?", ma cinque momenti dopo, passata la crisi, torno a pensare che questo lavoro è ciò che mi piace. L'essere considerato affidabile e paziente mi lusinga. Sono queste le cose che danno la spinta in più per andare avanti, la parte umana, il rapporto umano è la cosa che mi piace di più.

Il nostro venerdì mattina

Riflessioni e pensieri sul Laboratorio di giornalismo e scrittura guidata

In questa pagina sono raccolte le riflessioni e i pensieri delle persone che compongono il gruppo di lavoro attualmente presente in Comunità. Ognuno ha voluto raccontare sul giornale le proprie sensazioni e idee rispetto ad un'attività che viene svolta ogni venerdì mattina.

Il Laboratorio, nato nel 2010 come attività volta alla realizzazione del giornale della Comunità, nell'ultimo anno è diventato anche un momento dedicato alla scrittura e alla creatività in senso più ampio. Si è dato spazio al-

l'attività di scrittura guidata, durante la quale i partecipanti scrivono una storia alternandosi nella narrazione. Il risultato ha portato alla produzione di testi molto interessanti che rappresentano il frutto di un lavoro nato dalla creatività di ognuno inserito in un gruppo di lavoro. Queste storie sono state raccolte in un libricino intitolato "Racconti guidati" ed una delle storie è pubblicata in appendice su questo numero di *Fatti Stupefacenti!*

Lorenzo

Quando arriva il venerdì è un piacere perché mi piace molto l'attività con Nicolò e Paola. Mi piace scrivere e questo mi dà modo di esprimermi e rilassarmi. Credo che questa attività ci aiuti a tirare fuori le emozioni e metterle su carta, ed è una cosa molto bella perché riusciamo a far comprendere chi siamo veramente e soprattutto chi vogliamo essere nel futuro per cambiare in meglio.

Daniele

Trovo molto interessante e terapeutica questa attività, la trovo molto seria ed importante soprattutto perché mi aiuta e ci aiuta a capire meglio le nostre problematiche e gli stati d'animo che ci portiamo dentro

Cristian

Sono passati due anni e sei mesi da quando ho conosciuto Paola e Niko (i giornalisti). Che dire... questa loro attività la trovo molto utile e interessante, soprattutto anche a livello terapeutico. Dopo tutto questo tempo, da parte mia, è nato anche un affetto nei loro riguardi, come penso loro provino affetto per me. Ricordo molto bene quando mi capitava di essere molto nervoso per i miei problemi durante il giorno in cui svolgiamo l'attività del giornale, ma loro sono sempre riusciti a sollevarmi di morale. Con queste due righe voglio approfittare per ringraziarli.

Valentino

Appena sono entrato in questa Comunità ero affascinato da questa attività del giornalismo, ma poi, dopo tre mesi di mia permanenza al Centro, cerco di concentrarmi di più sulla mia dipendenza ed ho vissuto in maniera spesso noiosa e poco interessante questa attività. Non mi attiva a livello fisico, mi piace molto di più lavorare manualmente come ho sempre fatto in cantiere.

Nadia

In Comunità, ogni venerdì, svolgiamo un'attività di giornalismo gestita da Paola e Nicolò. Ci sono giornate in cui, tutti riuniti, svolgiamo, partendo da zero, dei cruciverba inventati di sana

pianta oppure creiamo storie con un susseguirsi di pensieri che alla fine le vanno a formare. L'attività è interessante, va a snocciolare quella parte del cervello che spesso è assopita dai pensieri. È una delle cose più dinamiche ed intelligenti che svolgiamo qui al Centro. Paola e Nicolò riescono a comprendere dal "tipo di giornata" su cosa focalizzarci per non appesantirci perché sanno che se vogliono il gruppo partecipe devono necessariamente badare ai nostri stati d'animo.

Roberta

Il lavoro del giornalismo consiste nel provare a raccontare insieme ad altre persone delle storie. Mi apre a nuovi orizzonti perché anche se sono abituata a scrivere molto, lo faccio solo per me. Condividere dei racconti mi fa capire l'infinità di sfumature che ci sono nei pensieri degli altri e non soltanto il mio punto di vista. Tante diversità di pensiero contribuiscono a far sì che il racconto possa essere vario. A me, ad esempio, piace far prevalere i colpi di scena oppure contesti naturalistici e tutto ciò che ci ruota intorno.

Raccontare insieme ad un gruppo una storia è anche una curiosità: non si sa mai quello che l'altra persona intende raccontare. A volte ci sono anche delle empatie di pensiero ma poi le storie finiscono anche come non vorresti. Regalare con pazienza e determinazione la nostra sofferenza, la nostra sensibilità, la soddisfazione di percorrere una nuova strada raccontando qualcosa comunque che vale sempre la pena di scoprire, di vivere, di eserci. Seguendo sempre un obiettivo da raggiungere che poi sarà nella nostra vita sempre così.

Luigi

È da poco che sono in questa struttura e il venerdì si fa giornalismo. Durante questa attività ognuno di noi si racconta e in parte ha la possibilità di guardare il vissuto passato cercando di capire le problematiche e i disagi che lo hanno portato a fare uso di droghe. Con questo lavoro ognuno di noi ha la possibilità di ascoltare le storie raccontate da persone con gli stessi problemi ma con vissuti diversi. Inoltre si ha la possibilità di creare storie in un lavoro di gruppo, dando spazio alla propria fantasia, cosa molto utile perché aiuta a mettere in moto quella parte di noi che è rimasta ferma per troppo tempo.

Racconti Guidati

Una bella storia a New York

Partecipanti: Ilaria (IL), Cristian (CR), Andrea (AN), Luigi (LU), Stefano (ST), Roberta (RO), Fabrizio (FA), Daniele (DA)

È il 15 gennaio 2016 e un ragazzo di nome Dominic si trova all'aeroporto di Milano in attesa di partire per la città di New York (CR). Nel suo bagaglio ha messo vestiti pesanti per affrontare il clima rigido della città americana. Nel suo bagaglio c'è anche molta voglia di scoprire un nuovo ambiente, diverso da quello che lui conosce (FA). Dominic è un ragazzo con i capelli castani leggermente lunghi, gli occhi azzurri e la carnagione chiara. È alto ed ha un fisico atletico (IL). Arriva il momento di salire sull'aeromobile e arrivato al posto a lui assegnato ha la sensazione di sentirsi solo perché il posto accanto a lui è vuoto. Vede però arrivare una signora sui 35 anni molto attraente che si siede accanto a lui. I due si presentano, la donna si chiama Debora. Iniziano subito a parlare delle rispettive paure che hanno del volo e in particolare del decollo (RO). L'aereo decolla puntuale e durante l'ascesa, impulsivamente, Dominic stringe la mano a Debora che ricambia la stretta. Una volta che l'aereo ha raggiunto la quota di crociera si tranquillizzano e si lasciano le mani. Iniziano così a parlare del motivo per il quale stanno entrambi andando a New York (ST). Debora racconta a Dominic che sta andando in America in visita da alcuni zii che hanno in gestione una caffetteria Starbucks dalle parti della Stazione Centrale. Si fermerà in città un paio di mesi. Dominic racconta che si è laureato in giurisprudenza, ha fatto un lungo e faticoso praticantato in un importante studio legale che gli ha proposto di andare a lavorare nella filiale che hanno a Manhattan (LU). Atterrati all'aeroporto di New York, Debora chiede a Dominic se ha voglia di bere un caffè nella caffetteria degli zii, ma lui risponde di no perché è molto stanco del viaggio e preferisce andare a vedere l'abitazione che lo studio legale gli ha messo a disposizione in una zona periferica di Brooklyn. Chiede a Debora di scambiarsi i numeri di telefono per potersi rivedere e prendere insieme il caffè (CR). Dominic dopo aver chiesto a Debora il modo più veloce per raggiungere la sua abitazione prende il taxi che lo porta verso la sua nuova casa. Nel tragitto telefona ad un suo vecchio amico d'infanzia di nome Pino che si era trasferito in città già da diversi anni, per metterlo al corrente del suo arrivo a New York e della sua nuova esperienza lavorativa. Gli chiede di potersi incontrare al più presto e Pino è felice di questo invito. I due amici rimangono d'accordo per incontrarsi (FA). Il taxi giunge a destinazione e Dominic raggiunge la portineria del palazzo dove si trova il suo appartamento per chiedere le chiavi di casa. Dominic e il portiere del palazzo si presentano e così Dominic sale verso il suo appartamento. L'appartamento di Dominic si trova al terzo piano e una volta entrato si guarda intorno. La casa è piccola ma accogliente, modesta ma con tutto ciò che serve per poterci vivere tranquillamente. Dominic si avvicina alla finestra dalla quale vede altri palazzi e un piccolo bar dall'altro lato della strada. Ha la sensazione che il quartiere sia tranquillo (IL). È ancora giorno, il sole si intravede e Dominic in fretta disfa le valige, lasciando un gran disordine. Poi scende in strada per scoprire il suo nuovo quartiere. Mentre si trova in strada riceve la telefonata del suo amico Pino che lo invita a cena la sera stessa a casa sua per fargli anche conoscere sua mo-

glie (RO). Nel frattempo Debora ha raggiunto la caffetteria degli zii, apprendendo subito dagli stessi zii che, volendo, all'interno della caffetteria c'era la possibilità di lavorare. Dopo aver salutato gli zii va a casa loro per sistemare le sue cose dalle parti del Queens. Così prende un taxi in direzione della casa degli zii e giunta a destinazione scorge Dominic che camminava sul marciapiede (ST). Debora chiede al tassista di accostarsi, chiama Dominic e lui, molto stupito, pensa alla stranezza della casualità dell'incontro con Debora. I due si salutano e Debora chiede a Dominic dove stia andando. Dominic risponde che sta andando a trovare un amico di vecchia data e si scusa con Debora per non aver accettato subito il suo invito a prendere il caffè. A quel punto Debora ha la sensazione che l'occasione giusta sia proprio il fatto di essersi incontrati di nuovo per strada (FA). Ma Dominic, dovendo andare da Pino, la saluta con la promessa di risentirsi. Dominic procede verso la casa di Pino e una volta arrivato, quando Pino gli apre la porta, i due si salutano affettuosamente. Pino presenta a Dominic sua moglie di nome Ginevra. I due uomini iniziano subito a raccontarsi di loro (IL).

Pino chiede a Dominic come è andato il viaggio e se la casa che gli hanno messo a disposizione sia accogliente. Nel frattempo Ginevra continua a preparare la cena. Dominic racconta a Pino che durante il volo verso New York ha conosciuto una ragazza di nome Debora e che si erano rivisti casualmente prima che lui arrivasse a casa di Pino. Pino gli chiede se questa ragazza lo aveva colpito perché vedeva in Dominic un forte interesse. Dominic risponde che la ragazza lo ha molto infatuato e che per due volte, all'invito di lei per prendersi un caffè, lui non aveva colto l'occasione (DA). Pino, vedendo l'amico così interessato, gli consiglia di invitarla a pranzo e di girare insieme un po' la città, anche per conoscere meglio i vari quartieri (AN).

Dominic decide di contattare subito Debora seguendo il consiglio del suo amico. Dominic le manda un messaggio con l'invito e Debora accetta. Una volta finita la cena, Pino accompagna a casa Dominic perché a quell'ora della notte il quartiere periferico non era tranquillo (LU). La mattina seguente Dominic, non avendo ancora iniziato il suo incarico, decide di sentire Debora per poterla incontrare un po' prima per stare insieme. Le telefona e Debora acconsente volentieri invitando a sua volta Dominic alla caffetteria degli zii. Questa volta Dominic raggiunge Debora (RO). Si incontrano presso la caffetteria e poi fanno una lunga passeggiata attraverso la città e si fermano a pranzare in un rinomato ristorante italiano. Durante il pranzo, parlando, trovano molti punti in comune e capiscono di piacersi a vicenda (FA). Con il passare del tempo i due ragazzi continuano a frequentarsi, conducendo una vita normale con i rispettivi lavori. Dominic, trascorso un po' di tempo, propone a Debora di trasferirsi da lui e Debora acconsente prolungando la sua permanenza a New York, continuando a lavorare dagli zii (IL).

Dopo un anno, Dominic, affermatosi come ottimo penalista, apre un suo studio legale nel quartiere periferico dove abita il suo amico Pino. Lo stesso Pino aiuta Dominic a stabilirsi nel quartiere dove la sua professionalità è più richiesta, vista la situazione difficile e di degrado che esiste (LU). Proprio per questo Dominic decide di offrire i suoi servizi con degli onorari più bassi e alla portata di più persone (FA).

Dalla prima pagina

Qualcosa di nuovo

Conduciamo spesso la nostra vita verso strade molto ardue e a volte chiuse; per uscire possiamo cercare di capire, domandarci se potevamo fare diversamente e aspettare di essere amati e riconosciuti, sperare che tutto e tutti intorno a noi si modifichi o che miracolosamente cambi qualcosa. Intanto restiamo nella piccola strada senza uscita tra vissuto e presente. Oppure possiamo ripartire da noi, svegliarci dal torpore e dall'incanto, considerare le nostre esperienze come momenti forti e terribili ma finalmente finiti e quindi archiviabili; possiamo spalancare la

finestra, sbadigliare forte, aprire le braccia, salutare la vita e nutrirla di piccole costanti attenzioni: di amore, di semplicità, di passione e di progetti, guardando al vissuto con rispetto e con memoria ma senza identificarsi in quel dolore o in quell'aspetto di noi che oggi semplicemente non ci appartiene più.

È per questo che vi auguro il coraggio di un giro sulla ruota panoramica con il vento in faccia e la voglia di correre quando si scende.

Paola Anelli

Mi racconti la tua storia?

Anche grazie a questo lavoro ho smesso di avere paura di ascoltare storie, grazie a questo lavoro ho imparato ad avere rispetto e considerazione di ogni storia perché rispetto e considerazione meritano coloro che nella vita, per scelta o per un capriccio del destino, si fermano e provano a cambiare.

Mi è capitato spesso e in diversi contesti di parlare di questo Laboratorio e delle attività che lo caratterizzano. Più di una volta mi sono trovato davanti ad interlocutori che criticavano l'impegno profuso in attività che si rivolgono a persone che nella vita hanno fatto soffrire e piangere, hanno mentito, hanno rubato, hanno voltato le spalle, non hanno tenuto conto di affetti e amori, persone che tanto, prima o poi torneranno a fotterti. È per questo, ho sempre risposto, che mi piace questo lavoro: per capire. E per capire c'è un primo passo necessario da fare, io credo: ascoltare. Ascoltare che cosa è successo, lasciare che le parole si liberino e trovino orecchie pronte a non giudicare, orecchie simili con vissuti simili che possano anche offrire un nuovo punto di vista.

Raccogliere storie e mettere a disposizione strumenti per raccontarle è una pratica di condivisione che difendo e alimento con passione e nella quale ancora molto devo imparare; raccontarle significa tendere la propria mano dicendo: io sono stato qui, oggi sono questo, domani mi piacerebbe essere così perché lì dove sono stato mi sono fatto male e ho fatto male. Mettere in luce, far conoscere se stessi ed esporsi è un gesto coraggioso. Mettere il proprio nome in cima ad una storia significa prendersene la responsabilità, significa andare faccia al vento di fronte al giudizio degli altri e soprattutto (giudice ancora più spietato) al giudizio che si ha di sé quando ci si rilegge.

Delle tante persone che ho incontrato in questi anni, persone giovanissime o già avanti con gli anni, non ho mai incontrato nessuno che fosse fiero delle pagine più scure della propria storia. Ho sempre incontrato persone che hanno provato a capire per cambiare.

Alcune ci sono riuscite, per altre non era ancora tempo, ma a tutte, per essersi sedute a parlare con me - perfetto sconosciuto ai loro occhi - sono grato.

In questo numero del giornale troverete soprattutto storie perché l'urgenza era raccontare se stessi prima ancora che riflettere e scrivere su argomenti più o meno interessanti. Troverete anche una storia inventata, una delle tante che sono state il risultato del Laboratorio di scrittura guidata: un'esperienza meravigliosa che ha messo ognuno nella condizione di creare e dare spazio alla propria inventiva in un contesto di gruppo e quindi di rispetto delle posizioni altrui.

È per l'importanza di questa attività che a tutti i partecipanti e alla Comunità abbiamo scelto, Paola ed io, di regalare un libricino con tutte le storie. Un libricino da conservare e rileggere ogni tanto per vedere come, in quei personaggi "inventati" c'era qualcosa di noi: emozioni, dubbi, paure, gioie.

A volte quel qualcosa era la parte bella che ognuno si porta con sé e che spesso non riesce ad accettare.

A queste persone che da sei anni mi raccontano storie il mio augurio di Natale è proprio questo: smettere di essere personaggi e indossare i panni più belli e veri per una buona vita. Ai miei interlocutori, soprattutto ai più critici, un abbraccio forte e l'invito di cominciare a chiedere al proprio vicino: "Mi racconti la tua storia?".

Nicolò Sorriga



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, testimonianze 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 stanno attraversando un percorso di guarigione e che quindi 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



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