

# VOCI LIBERE

Fondata nel 1996 – [www.villamaraini.it](http://www.villamaraini.it) – [ctdiurna@villamaraini.it](mailto:ctdiurna@villamaraini.it)



## FONDAZIONE VILLA MARAINI Onlus

Una Joint – Venture con la Croce Rossa Italiana

*Rivista*  
**SETTEMBRE 2017**

**NOTIZIE DAL MONDO:**  
**DOMANI È GIÀ OGGI**

**ON THE ROAD**

**SPORTIVA-MENTE**

**“LEGGERE”**  
**TRA PAROLE, SUONI**  
**ED IMMAGINI**

**LIFE STYLE**

*In questo numero il lettore si confronterà con tematiche attuali quali l'immigrazione, la famiglia, la crescita personale, che verranno trattate attraverso le esperienze personali di chi ha scelto di prendere in mano la propria esistenza, confrontandosi con le proprie sfumature e quelle degli altri da sé. Spunti di riflessione saranno un viaggio, una emozione, uno sport praticato in passato, come una canzone o un confronto tra generazioni diverse ... nell'ottica di integrare aspetti diversi di sé e di sé e dell'altro.*



***Tutta la diversità umana è il prodotto della varietà quasi infinita delle combinazioni di geni. Noi tutti siamo formati della stessa polvere cromosomica, nessuno di noi ne possiede un solo granello che possa rivendicare come suo. È il nostro insieme che ci appartiene e ci fa nostri: noi siamo un mosaico originale di elementi banali.***  
*(Jean Rostand)*

## **IMMIGRAZIONE: DIVERSITÀ A CONFRONTO**

Immigrazione è oggi un termine molto "alla moda" e "sulla bocca di tutti" con i toni più diversi. Un universo dalle molte sfumature.

Per immigrazione si intende un trasferimento permanente o temporaneo di persone in un paese che non è quello d'origine.

Nel corso dei decenni il flusso di immigrazione in partenza e in arrivo è cambiato. Questo fenomeno è caratterizzato da molteplici cause. I due motivi principali del perché le persone tendono a migrare sono la povertà e la cattiva politica, conseguenza di dittature, persecuzioni, guerre...

L'Italia nel corso della storia ha conosciuto i due aspetti della stessa medaglia: immigrazione in uscita e oggi in entrata. Noi Italiani siamo stati protagonisti del più grosso flusso migratorio della storia moderna. Furono circa 24 milioni gli Italiani che lasciarono la patria in cerca di fortuna o di condizioni di vita migliori.

Nel momento storico attuale, invece, il nostro Paese è diventato la meta di migliaia di persone che per motivi diversi lasciano la loro terra alla ricerca di "nuove speranze".

Tema questo che infiamma l'opinione pubblica e il dibattito politico!

Tema che nasce dalle storie di uomini diversi, dalle loro speranze, dalle loro paure e debolezze, dalla loro ricerca di diritti.

Tema che si presenta con tanti pro e tanti contro, spesso difficili da gestire ed integrare.

Sicuramente l'immigrazione eccessiva e non regolamentata rischia di diventare un problema per il paese che si trova "ad accogliere", per motivi vari:

- Cattive condizioni di vita dal punto di vista abitativo;
- peggioramento delle condizioni lavorative sia per il popolo ospitante che per quello ospitato;
- aumento della delinquenza nel momento in cui "chi entra" non viene messo nelle condizioni di poter provvedere ai bisogni principali;
- sfruttamento degli immigrati da parte di organizzazioni criminali che gestiscono il flusso immigratorio;
- impoverimento dei paesi di provenienza a cui viene a mancare mano d'opera e possibilità di crescita;
- fenomeni di emarginazione;
- conflitti sociali tra classi diverse per cultura e ceto.

L'Italia sta facendo oggi i conti con tutto questo, complice una malsana gestione interna ma anche europea. E la situazione rischia di esplodere, con conseguenze serie!

Esiste senza dubbio un dovere morale di solidarietà, ma sono anche convinto che questo possa diventare maggiormente costruttivo laddove vengano create le condizioni perché sia realisticamente possibile.

La mia opinione nasce soprattutto dall'esperienza che in questi anni sto avendo con il mio problema di tossicodipendenza e con la conseguente emarginazione che spesso mi sono trovato a vivere quando "immigravo" nella vita di tutti i giorni. Ho capito quanto sia importante nella mia esistenza, e per stare bene, darmi delle regole, che altro non è che "fare ordine". Aspetto che, se viene a mancare tanto nel fenomeno dell'immigrazione tanto in quello della tossicodipendenza, non può che portare a danni piuttosto gravi.

Danni come l'etichettamento, l'emarginazione, la sofferenza, la povertà, il degrado... la morte!

Perciò, da un certo punto di vista, mi sento vicino a questi immigrati e alle difficoltà che vivono quotidianamente per "essere visti" e per farsi accettare.

Inoltre la scelta di affrontare questo tema nasce anche dal fatto che attualmente la Croce Rossa, in collaborazione con la Fondazione Villa Maraini, accoglie giornalmente circa cinquecento immigrati nei locali del Parco di via Ramazzini.

Quello che mi ha colpito è il rispetto reciproco che c'è anche senza conoscersi, anche se siamo così diversi ma poi, in fondo, così simili.

E forse è per questo che ci rispettiamo.

Perché "simili" per storie di sopravvivenza, di speranza, di ricerca di benessere.

Certo, però, devo essere sincero fino in fondo. Io non la pensavo proprio così fino a poco tempo fa. Anzi, da "bel rigidone", ero il primo ad avere pregiudizi e a tenere le distanze. Ora non dico di essere del tutto cambiato ... non è facile a sessant'anni ... ma so che mi sto dando la grande opportunità di allargare le mie prospettive!

Romolo

Romolo (studente vintage di nuove prospettive)

*"Non dar retta ai tuoi occhi, e non credere a quello che vedi. Gli occhi vedono solo ciò che è limitato. Guarda col tuo intelletto, e scopri quello che conosci già, allora... Imparerai come si vola." (da "Il gabbiano Jonathan Livingston" di R. Bach)*

#### ON THE ROAD



*"Ohana" significa famiglia e famiglia vuol dire che nessuno viene abbandonato o dimenticato. (Lilo & Stitch)*

## **SENZA FAMIGLIA**

Salve a tutti!  
Mi chiamo Danilo e sono qui a raccontarvi un po' della mia vita prima della mia entrata a Villa Maraini.  
Sin da bambino ho avuto qualche problema di famiglia: mia madre si è ammalata quando io avevo solo cinque anni ed è morta quando ne avevo otto, sette e mezzo per la precisione.  
Così è cominciata la mia vita con un papà che ha dovuto fare anche da mamma. Però di mamma ce n'è una sola e la mia mi mancava tanto! Per di più mio papà stava spesso fuori per lavoro per cui mi ritrovavo a stare tutto il giorno con zie, cugini... e la "famosa" nonna Alda (famosa perché è diventata la nonna del quartiere), alla quale sono sempre stato legato, ma ... purtroppo anche lei morì.

Ho avuto nuovamente una famiglia quando mio padre si è risposato ed io avevo quindici anni. La nuova moglie di mio padre è stata per me come una mamma e, anche se fuori di casa io la chiamavo così, in realtà a lei non l'ho mai detto. Da lì mi sono ritrovato con un fratello e due sorelle. Cominciavo a sentirmi felice: avevo anche io una famiglia! Ma l'ennesima tragedia era alle porte: mio cugino (per me come un fratello) morì in un incidente con la moto.

Ricominciai a stare per conto mio. Il dolore era troppo grande e non volevo sentire nessuno. Il giorno del funerale non ho versato neanche una lacrima.

Nonostante la mia chiusura, iniziai a frequentare le ragazze finché a venticinque anni, dopo due anni di fidanzamento, il 10 ottobre del 1993 mi

sposai. Come era cambiata la vita! Ma ancora non avevo visto niente: due anni dopo nacque ciò che di più bello una coppia di sposini può desiderare come regalo, mia figlia Giorgia. Mi sembrava di rinascere insieme a lei ed ero convinto che niente avrebbe potuto rovinare quella mia felicità. Invece dopo qualche anno cominciarono discussioni a casa con mia moglie che finirono nel tempo con il nostro divorzio.

Di nuovo senza famiglia! Cominciai una vita da vagabondo. Non sentivo più interesse per niente e per nessuno ed incontrai le sostanze. Neanche la perdita di un altro mio caro cugino per overdose mi dissuase dal continuare a farne uso. Anzi il dolore mi fece sprofondare e anche sul posto di lavoro la sostanza diventò la mia compagna di vita. Divenni un vero tossico!

Arrivò il giorno in cui mio padre venne a conoscenza di tutto questo, ma non da me, dal quartiere. Quartiere in cui lui stesso era nato e cresciuto. Ancora oggi fatico a pensare che delusione sia stata per lui.

A casa ero diventato intrattabile e non ascoltavo più nessuno. Quando volevo parlare con mio padre gli telefonavo per evitare di incontrare proprio quella che per me era diventata la mia seconda mamma. Proprio lei a cui volevo tanto bene. Allora non capivo che le sue parole erano a fin di bene e arrivai ad andarmene da casa sbattendo la porta. Anche i rapporti con mia figlia si diradarono.

Per tre lunghi anni ho girato l'Italia in lungo e largo senza meta. Guai su guai, e i miei genitori sempre più addolorati e preoccupati. Stavo perdendo i miei affetti!

Insomma, ragazzi, la mia vita stava diventando uno "scatafascio" - come si dice a Roma. Discussioni, litigate, incomprensioni e tante facce deluse che ora capisco che erano perché mi volevano bene. E anche io gliene volevo tanto, perciò mi vergognavo e li evitavo.

Quando nel 2015 mio padre venne a mancare, crollai. Avevo perso il mio pilastro più importante e andai a fondo: oramai avevo imboccato una strada senza uscita.

L'anno della svolta fu il 2016 quando venni ricoverato in ospedale per una

coltellata alla pancia. Lì per la prima volta cominciai ad ascoltare le parole dei miei familiari e arrivai a Villa Maraini, per la precisione al Centro di Prima Accoglienza - sempre come si dice a Roma - "con una scarpa e una ciavatta". Facevo un po' di tutto, parlavo con gli operatori... ma la mia inquietudine non mi dava scampo. Scalpitavo ed ero arrabbiato e soprattutto ancora non ero consapevole se davvero volessi cambiare la mia vita.

Furono mesi tormentati fino a che non entrai in Comunità. Cominciai a conoscere il posto, quelli che sarebbero diventati i miei compagni. Ho iniziato a lavorare non solo fisicamente ma proprio su di me, con la testa e con la pancia.

Colloqui, gruppi - tra di noi e con gli operatori - che mi hanno aperto una realtà nuova!

Il primo mese è stato di assestamento e mi ha aiutato a conoscere piano piano i ragazzi e - devo dire - a stare meglio e a cominciare ad avere le mie piccole ma grandi soddisfazioni. Infatti, mi sono venute a trovare mia madre e mia sorella, ho cominciato a sentire nuovamente mia figlia per telefono...

Insomma, ragazzi, avete capito come stavo combinato. Mi sto riprendendo la mia vita e la mia famiglia. Provo nuove emozioni e sento la voglia di continuare a combattere per raggiungere i miei obiettivi!

Ho solo un rammarico: avrei voluto che mio papà vedesse tutto questo per essere orgoglioso di me. Ma oggi la mia forza è riconquistare l'amore di mia figlia.

Danilo

(Danilo, orso dal cuore d'oro)





Le nostre valigie erano di nuovo amucchiate sul marciapiede; avevamo molta strada da fare. Ma non importava, la strada è la vita. (Jack Kerouac)

## UN RAGGIO DI SOLE

Mi chiamo Filippo. Ho venticinque anni e ho avuto un passato da tossicodipendente. Sostanza primaria: cocaina. In otto anni di dipendenza mi sono escluso dal mondo vivendo in un tutto mio e sopprimendo tutto quello che provavo, nessun amico, nessun hobby.

Oggi sono inserito in un programma terapeutico per tossicodipendenti a Villa Maraini da circa 8 mesi. Non è stato facile fino ad ora ma sto riuscendo a vedere insieme ai miei compagni e agli operatori quali sono i miei problemi, le mie difficoltà e a farci qualcosa.

È ancora lungo il percorso ma si cominciano a vedere i primi cambiamenti e questo mi dà la forza e la motivazione per andare avanti.

Nel periodo invernale, ogni anno, viene organizzato un raduno in cui siamo a stretto contatto con i nostri compagni vivendo quell'aria di cameratismo che non tutti conosciamo, come nel mio caso. L'esperienza ci aiuta a creare dei rapporti ed a sperimentarci al di fuori delle mura della Comunità con dinamiche e abitudini diverse da quelle giornaliere. Un passaggio secondo me importante e terapeutico per il nostro percorso.

Finalmente la tanto attesa vacanza! Pochi giorni prima di partire, l'ansia mi ha bussato alla porta e, non avendo mai vissuto un'esperienza del genere, ho cominciato a chiedere a chi aveva già partecipato a cosa servisse, cosa si facesse e cosa mi aspettava. Da bravo ansioso! Non ho esitato a muovermi subito nel comprare tutto l'equipaggiamento necessario visto che mi trovavo a che fare con un paesaggio montuoso e innevato.

Sapendo che si poteva portare una sola valigia, ho cercato di prendere lo stretto necessario, non mi è stato per niente facile se devo essere sincero, ma esserci riuscito mi ha soddisfatto.

Ricoprendo il ruolo di coordinatore, ho dovuto preparare le borse con tutto l'occorrente per me ed i miei compagni, materiale per il calcetto, pranzo al sacco e giochi vari.

La mattina della partenza non stavo nella pelle: ero entusiasta! Il viaggio è stato lungo ma ci siamo divertiti cantando, parlando e giocando. Chiesi agli operatori di poter stare in camera con alcuni miei compagni con i quali non avevo un grande rapporto ma che avevano caratteristiche che mi attraevano molto. Ero deciso a conoscerli di più ed avvicinarmi a loro. Arrivati in albergo ci radunarono per comunicarci le suddivisioni delle camere e, appresa la notizia che sarei stato con loro, sorrisi contento di mettermi gioco.

Non mi sarei mai aspettato una struttura del genere: piscina, idromassaggio, sauna, bagno turco e campo da calcetto. La mattina ci svegliavamo alle sei, ci preparavamo e facevamo colazione con il resto del gruppo e poi si partiva per il paese. Il primo giorno abbiamo affittato gli slittini.

Io stavo con Stefano, eravamo i più veloci nella discesa. Ad un certo punto vediamo arrivare come delle saette i nostri compagni Nicola ed Antonio che per "cause sconosciute" si sono schiantati addosso alla recinzione davanti ai nostri occhi! Poveri!!! Questo per dire che le avventure non ci sono mancate!

Prima del pranzo si andava a fare una passeggiata e ci si fermava in un alimentari che vendeva salumi e formaggi del posto. Non dimenticherò mai quel prosciutto di cervo! La sera tutti in piscina, poi cena in albergo e via nella hall a ridere, cantare e giocare insieme. Una sera c'è stata anche la discoteca e abbiamo ballato come dei matti, che risate! Abbiamo anche organizzato una ciaspolata nel bosco ed è stata una delle cose che mi rimarranno più nel cuore.

Ho scoperto di avere molte qualità, di essere importante per me e per gli altri. Fino a poco prima mi ero sentito solo e

per questo riuscire a fare nuove conoscenze e nuove amicizie è diventato un obiettivo importante.

Le cose da fare per migliorare la nostra vita sociale e vincere la solitudine sono diverse: creare buoni rapporti è al primo posto, capire come muoversi e quali sono gli aspetti importanti di una vera amicizia. Questa esperienza mi ha fatto vivere delle forti emozioni che non ricordavo da tempo! Ho trovato degli amici e un gruppo che mi accompagnerà verso il viaggio della vita, la stessa che riprenderò in mano a testa alta.

Filippo

(Filippo, neo-viaggiatore in cerca della sua serenità)





*Nessuna vita è rovinata, tranne quella la cui crescita si è arrestata.*

*(Oscar Wilde)*

## **LA MIA PAURA DI CRESCERE**

È da più di qualche giorno che provo e riprovo a scrivere questo articolo ... senza però raggiungere alcun risultato. È infatti un argomento che mi provoca molto nervosismo proprio per le paure che vi sono legate.

Mi sono reso conto che sono arrivato ad un punto del programma, e quindi della mia vita, in cui devo prendermi le mie responsabilità, dimostrando a me stesso e agli altri quanto sia cresciuto in questi diciotto mesi, e quanto sia pronto per continuare a farlo, accompagnando ed aiutando anche chi - magari appena entrato - abbia bisogno di aiuto.

Tutto questo non è facile e ciò che temo di più è soffrire. La sofferenza, infatti, mi ha accompagnato per gran parte della mia vita: una vita che, non riuscendo a gestire il mio dolore, mi ha visto sempre più farmi del male e affogare ogni malessere nelle sostanze.

E così ... giorno dopo giorno, mese dopo mese, anno dopo anno... fino ad arrivare all'età di quarantacinque anni e ritrovarmi ad avere paura di crescere, restando un bambino nel corpo di un uomo.

Nella mia vita da tossicodipendente più che trentennale sono riuscito a non usare sostanze per periodi più o meno lunghi senza fare un vero programma, come invece sto facendo ora. Non avevo mai affrontato le mie vere paure come sto provando a fare ora.

In tutto questo tempo, però, fin dall'età di 16 anni ho sempre avuto accanto una persona a me molto cara che è stata per me medico, un secondo padre, un amico: Massimo Barra.

Questo lo scrivo perché quando sono stato in crisi, prima di entrare in Comunità, fu proprio lui a dirmi alcune parole che ancora oggi mi tornano in mente con grande emozione e che comprendo sempre di

più giorno dopo giorno: "Ah, caro Stefano, quanto è difficile essere uomini!".

Nulla di più vero. Essere uomini significa diventare grandi e, quindi, farsi carico di tutte quelle responsabilità che io in passato mi sono preso a piccole dosi. Adesso lo sto facendo sempre di più e senza sostanze e ne colgo un senso nuovo.

Soprattutto perché ora sento le mie emozioni e non do più l'impressione di essere un bulldozer. Ora mi sento più forte e per questo necessariamente devo fare i conti con le mie paure: paura di sbagliare, paura di scoprire il fianco, paura di ricevere delusioni e quindi di soffrire.

Soffrire è ciò che più mi spaventa nel diventare grande. Sono però consapevole che oggi ho a mia disposizione nuovi strumenti e consapevolezza, con cui sto già affrontando questo cammino per essere "adulto".

Oggi sono capace di ascoltare le mie emozioni, le stesse che anni fa smorzavo con le sostanze. Questo mi dà la certezza che sto diventando un vero uomo, proprio come mi invitavi a fare tu, caro Massimo!

Stefano

(Stefano, in avanscoperta rispetto a nuovi stili di vita)







***C'è un circolo vizioso nello sport: più ti diverti, più ti alleni; più ti alleni, più migliori; più migliori più ti diverti.***

***(Pancho Gonzales)***

## **SCHIACCIATE DI EMOZIONI**

Ciao a tutti!

È la seconda volta che scrivo un articolo per questo giornale ma le emozioni che provo sono sempre le stesse della prima volta.

Il tema che andrò a trattare è lo sport, nello specifico la pallavolo, e come ha influito in maniera positiva nella mia vita.

La passione per questo sport ha inizio all'età di quindici anni ed essendo cresciuto in un paese di mare ha inizio proprio con il *beach volley*. Ho conosciuto persone che - strano a dirsi - ancora oggi sono presenti accanto a me, come Francesco, il mio più caro amico.

E, di pari passo con le persone, ho conosciuto il mio talento che aumentava di giorno in giorno. Mare, sole, spensieratezza, adolescenza ed il primo amore: Simona.

Non dimenticherò mai l'estate del 1992 che è stata per me uno dei periodi più belli della mia vita!

Più passava il tempo, più la passione per la pallavolo prendeva il sopravvento, anche sull'amore per Simona. La storia, infatti, si spense dopo breve tempo. Oggi però, grazie ai *social*, a distanza di anni - ancora ci sentiamo!

Lo stesso anno mi iscrissi in una squadra, il Cetraro Volley. Mi allenavo tre volte a settimana e, nonostante la palestra si trovasse in un altro paese rispetto al mio, riuscivo a trovare il tempo sia per lo studio che per il resto.

I mesi trascorrevano veloci, si avvicinava il campionato di prima categoria.

Come descrivere la mia prima partita da titolare?! Un misto di eccitazione e paura. Sì, paura! Quella che sale quando non vuoi sbagliare ma sai che è possibile che accada.

Perdemmo ma giocammo davvero bene. Ricordo che il mister mi vide deluso, mi prese da parte e mi disse: "Hai lavorato per la squadra e hai cercato sempre di tirare su il morale dei tuoi compagni. Devi esserne orgoglioso!".

Fu la prima volta che capii di aver fatto qualcosa per gli altri e che lo sentii davvero. Questa voglia di tendere una mano la porto con me ancora oggi.

Passarono gli anni. Gli studi mi portarono a trasferirmi a Firenze e bene o male continuai a portare avanti la mia passione. Finché, a causa della malattia di mio padre, feci una scelta che avrebbe cambiato per sempre ed in modo radicale la mia vita. Lasciai l'università per iniziare a lavorare. Non ero pronto. Mi sentivo fragile e paradossalmente quella predisposizione ad aiutare gli altri di cui andavo tanto fiero divenne la mia nemica, tirandomi verso il vuoto. E lì arrivò lei: la sostanza!

Non c'era più gioia.

Non c'era più serenità.

Enormi vuoti lasciavano ben poco di sano e genuino in una vita che oramai andava in una sola direzione: il baratro! Come erano lontani i tempi di quei campi da gioco e di quella voglia di vivere!

Il 28 gennaio 2016 fu l'anno in cui mi svegliai da quell'incubo terrificante e all'apparenza senza via di uscita. L'anno in cui sono nato per la seconda volta.

L'anno in cui ho scelto di tendere la mano non per aiutare ma per farmi aiutare, iniziando la mia vera partita di pallavolo insieme ad una squadra che è ancora con me a combattere per la vittoria, giorno dopo giorno.

Sto ritrovando me stesso e valori che pensavo persi, quali l'umiltà, la correttezza e la misericordia.

Io e questa nuova squadra continuiamo  
imperterriti la nostra partita di  
pallavolo tra schiacciate di  
affermazione, *bagher* di confronti, alzate  
di emozioni.

Ho capito che nella vita non bisogna mai  
arrendersi ma che soprattutto la vita è  
più semplice se si fa gioco di squadra e  
ci si appoggia, ci si sostiene, ci si  
affida e ci si fida!

Francesco

Francesco (esploratore di se stesso,  
tenace e rispettoso di sé e dell'altro)



La lettura ci permette di raggiungere una profonda comprensione della vita e facendo questo ci dà la possibilità di offrire a noi stessi una più ampia gamma di scelta, permettendoci di sviluppare la NOSTRA immaginazione e la capacità di pensare. La musica è l'espressione dei sentimenti dell'animo umano ed è una delle vie attraverso cui l'anima si eleva al cielo. Cinema e teatro come fonte di continui spunti di riflessione.

"LEGGERE" TRA PAROLE, SUONI ED IMMAGINI



*Sai che ho pensato sempre, quasi  
continuamente  
Che non sei mai stata mia  
Me lo ricordo sempre, che non è successo  
niente  
Dovevi sempre andar via*

*("Come nelle favole" - Vasco Rossi)*

## Come nelle favole

Mi chiamo Matteo e sono arrivato a Villa Maraini a quaranta anni, dopo un lungo travaglio. Come tutti, ho avuto la mia parte di sofferenza e soprattutto ciò che per me ha rappresentato un grande dolore è stata la separazione da quella che era mia moglie.

Per questo sono qui a raccontare che significato ha per me la canzone di Vasco Rossi "Come nelle favole", canzone che racconta di un amore che si sta costruendo come stavamo facendo io e lei... ma, ahimè, il mio attaccamento a droghe e alcol ha distrutto tutto.

La mia dipendenza è cominciata quando ero ragazzino, in principio con l'alcol, poi via via anche le droghe hanno messo piede in me senza più lasciarmi. All'inizio bevevo per sentirmi più grande, per stare al passo con gli altri.

Quando bevevo mi sembrava di trasformarmi in un super-eroe ma ben presto ho capito che non potevo evitare di soffrire, proprio come i veri super-eroi, perciò ho aggiunto le droghe, dando inizio al mio incubo più grande: eroina *in primis*, poi pasticche, cocaina... Il tunnel!

Comunque qualcosa di buono sono riuscito a farlo: ho iniziato a lavorare giovanissimo (avevo quindici anni) e bene o male ho sempre lavorato fino a che non è finita la relazione con mia moglie.

La canzone di Vasco Rossi per me ha un enorme significato perché i pensieri ritornano a quella che è stata la mia più importante storia d'amore e ai rimpianti e ai rimorsi di una vita non da lucido. L'ho conosciuta tramite un mio amico ed è stato subito grande amore. Momenti di condivisione indimenticabili, pieni di

speranze, di cambiamenti... come nelle favole - come dice la canzone - "senza dar retta a nessuna" perché noi pensavamo ci bastasse solo guardarci negli occhi. Guardo con rammarico a quella storia e mi rimprovero di aver perso tanto, di non esserci stato, perché non c'ero io soprattutto! E il sogno "io e te a crescere bambini, avere dei vicini..." svanì. Ancora oggi mi chiedo cosa avrei potuto fare di diverso e fatico a vivere con i miei sensi di colpa. Ma oggi so che devo prima di tutto ritrovare me stesso e fortificarmi, innamorarmi di me per poi innamorarmi di qualcun altro. Qui, in Comunità, sto imparando a creare rapporti e ho scoperto una nuova famiglia con cui mi emoziono ogni giorno. E penso proprio che questo sia il mio trampolino di lancio!

Matteo

(Matteo, aviatore di cieli inesplorati)





La musica è semplicemente là per parlare di ciò di cui la parola non può parlare. In questo senso, la musica non è del tutto umana.  
(Pascal Quignard)

## NOTE POSITIVE

È un viaggio fantastico quello che si può compiere intorno alla musica. Un viaggio che ha inizio nella notte dei tempi a bordo di un'ancestrale esigenza di comunicare, di stare insieme, di condividere sensazioni altrimenti sopite. La musica è arte creativa che, con sole sette note, riesce ogni volta a reiventarsi come un abile trasformista mai fine a se stesso. Era destino che io e la musica dovessimo vivere una grande passione. Infatti nasco batterista, nel senso vero del termine, dal momento che non ho mai partecipato ad una sola lezione di batteria, peccato che tale dono naturale non abbia avuto un seguito costruttivo. Per me la musica è libertà assoluta; emozione pura capace di scandagliare i fondali più profondi delle nostre anime; è il fine ultimo di un percorso che oltrepassa il tempo e lo spazio, valicando i confini del vero e del falso, in un volo perenne tra sogno e realtà. Quante altre cose potrebbe essere la musica? L'elenco sarebbe lungo. Mi accontento di dire che a volte la musica può nascondere un destino. Quella rock, ad esempio, da sempre considerata come la "musica maledetta" per la sua vicinanza alle droghe, è la mia preferita e - guarda caso - vengo da oltre ventisette anni di eroina! Ovviamente non c'entra niente la genialità della musica suonata dai Pink Floyd o il puro talento dei Deep Purple, ma forse non è neanche così casuale. Magari esiste un filo conduttore o una alchimia particolare che rende il rock e i suoi fan predisposti ad esperienze "alternative". Io comunque ho scelto di curarmi, di essere me stesso senza più bisogno di sballarmi, di uscire dalla realtà per entrare ad occhi chiusi nel buio più fitto, in una tetra oscurità. Anche in questa mia scelta la musica ha giocato un ruolo importante, toccando le corde della mia sensibilità, riportandomi laddove ero già stato: nel mio cuore! Un cuore che ha deciso di battere ancora, di dedicare il suo ritmo alla bellezza della vita, al calore di un abbraccio, a

quella carezza che ci consola e ci commuove.

Ho scelto di farlo entrando in Comunità, affidandomi a coloro che non insegnano a vivere ma che sanno bene come intervenire per farci tornare a vivere.

Per me non è stato facile ritrovarmi a cinquantadue anni a dover cominciare daccapo ma so che questa è la scelta giusta, perché l'alternativa sarebbe stata rimanere in strada nell'attesa che "un buco" mi tarpasse le ali e azzerasse tutti i miei interessi che invece, al contrario, sono molti.

Ora è da qualche mese che "non mi faccio più". È il periodo più lungo che mi sia capitato da quando sono tossico, a parte il periodo in cui ero detenuto in carcere dove per sei mesi non ho toccato nulla. Di questo sono fiero, felice ed orgoglioso.

Finalmente posso guardare il mondo con i miei occhi, e, anche se sono consapevole che il viaggio è ancora lungo e difficile, ho tutta l'intenzione di godermi ogni attimo che mi appartiene sapendo di poter donare e ricevere quello che ognuno di noi desidera: l'Amore!

Sarà per questo che dedico le mie Note Positive a tutti coloro che avranno ancora voglia di confrontarsi con ciò che più di ogni altra cosa è nella loro anima: la Vita!

Per amarla e per amarsi ...

Roberto

Roberto (poeta romantico *old school*)



Ogni giorno ci confrontiamo con nuove tendenze. Imparare a conoscerle offre la possibilità di scegliere consapevolmente come e a cosa avvicinarsi o meno.

## LIFE STYLE



***Se mi fosse possibile fare un regalo alla prossima generazione, darei ad ogni individuo la capacità di ridere di se stessi.***

***(Charles Schulz)***

## GENERAZIONI A CONFRONTO

Siamo due utenti inseriti nel programma di recupero della Comunità Terapeutica della Fondazione Villa Maraini.

Stefano, 55 anni, tossicodipendente degli anni Ottanta.

Luca, 30 anni, tossicodipendente del secondo millennio.

Oggi, grazie all'aiuto ricevuto nella struttura attraverso il lavoro e la professionalità degli operatori che ci lavorano, abbiamo avuto modo di conquistare uno stato di lucidità che ci ha permesso di riflettere e di confrontarci sul cambiamento dello stile di vita dei tossicodipendenti nel corso del tempo.

Siamo stati particolarmente colpiti da alcuni fatti di cronaca agghiaccianti legati all'uso di sostanze stupefacenti, vite spezzate, ragazzi strappati alle loro famiglie per la perdita di controllo indotta da cocktail micidiali di alcool unito a sostanze varie che oggi vanno tanto di moda.

Stefano: «Sai, Luca. Sono interessato e preoccupato. Negli anni Ottanta e Novanta non c'erano tanti episodi di violenza gratuita, indotti dall'uso di sostanze. In genere, la violenza era di origine criminale, c'erano morti per overdose... Ma soprattutto non esisteva questa ostentazione dello sballo che noto nei giovani d'oggi per cui lo "sballato" è figo! Forse il motivo è da ricercare nell'uso sempre più frequente di droghe sintetiche ed economiche (pillole) associate a fiumi di alcool, e poi - naturalmente - le classiche eroina e cocaina. Inoltre, un altro aspetto da non trascurare è la tendenza dei ragazzi a voler apparire e stupire ad ogni costo. Questo secondo me è pericolosissimo. Tu che ne pensi?».

Luca: «Hai ragione, Stefano. È cambiato tutto! Nella società di oggi il problema comune tra gli adolescenti è stare al passo con il gruppo, apparire agli occhi

degli altri e, purtroppo, lo fanno utilizzando sostanze.

Essere accettati nel "branco" ed essere alla moda per i ragazzi è fondamentale, quasi vitale. La curiosità e la pressione degli amici incidono e spingono i ragazzi ad usare droghe. Sono convinti che non ci sia nulla di male perché "tutti gli altri ne fanno uso". Cominciano con una "serata", "si calano" qualche pasticca e bevono qualche birra, poi... il divertimento attraverso lo sballo li assale ed inconsapevolmente si trovano nel vortice della disperazione!

Nel weekend scatta la frenesia collettiva del divertimento "alterato": discoteche, abiti firmati, droghe... Sono questi gli interessi primari di molti ragazzi. Da tutto questo scaturisce la violenza, frutto di una libertà smisurata oramai, concessa ogni oltre limite.

Molte famiglie hanno difficoltà a gestire il rapporto coi figli adolescenti e spesso il ricorso alle sostanze è collegato a tanta sofferenza di tutti quanti.

Oggi noi abbiamo avuto la forza di chiedere aiuto per uscire dal tunnel di disperazione e di distruzione in cui eravamo entrati.

Se guardiamo al passato, vediamo un deserto emotivo e relazionale. Non ci siamo goduti niente!

Abbiamo avuto la fortuna di trovare il posto giusto per curarci e cercare di riprendere in mano la nostra vita e di rivedere finalmente la luce che ci permetterà di trarre piacere anche dalle piccole "grandi" cose che fanno parte del quotidiano.

Soprattutto trarre piacere dalle relazioni sane.

Quindi ci sentiamo in dovere di trasmettere un messaggio ai giovani di oggi: non prendete alla leggera l'uso di qualsiasi sostanza, alcool compreso, che altera il vostro stato mentale.

Non siate superbi pensando di poter gestire le droghe, col tempo saranno loro a gestire la vostra vita.

Nel caso siate già invischiati, non dovete vergognarvi di ammetterlo e trovate anche voi la forza di chiedere aiuto e di rivolgervi a strutture apposite come Villa Maraini, dove troverete personale specializzato e altamente qualificato che vi potrà aiutare a risolvere il problema, e a vivere una vita sana e piena di gioia e soddisfazioni.

Fate la scelta giusta!

"Una scelta è come un salto: ti spaventa, lo rimandi, ma se ti butti è libertà".

Al mio carissimo cugino Carlo, morto a 55 anni per l'uso di droga.

Stefano e Luca (generazioni a confronto)