



INDICE

3 *Emanare una nuova luce*

8 *Saluti ad Ezio e Mary*

10 *Il sottile confine*

16 *Mani aperte, cuore attento*

20 *Tra le righe della quotidianità*

24 *Ringraziamenti*

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

EMANARE UNA NUOVA LUCE

Spesso si viene guardati solo attraverso le ombre del proprio passato, come se fosse tutto lì ciò che siamo. Tuttavia, dentro ognuno di noi c'è molto di più: una storia, dei sogni, delle possibilità. Questo spazio vuole essere un'occasione per raccontarci in un modo nuovo, per riconoscere quella luce che ancora brilla dentro ognuno di noi, anche se a volte è stata coperta dal dolore, dalla paura e dalle difficoltà.

Cosa c'è oltre la dipendenza? Chi siamo al di là delle cadute? Forse è il momento di scoprirlo o ri-scoprirlo. Possiamo scegliere di emanare una nuova luce – nostra, autentica, diversa. Una luce che parla di rinascita, futuro e scoperta.

“Ho scelto l'OSS (corso della Regione Lazio per operatore socio sanitario) perché ho razionalizzato le cose che ho fatto, mi è capitata questa occasione perché le poche volte che mi è successo di aiutare una persona, ad esempio aiutare qualcuno con la carrozzina, quando vedevo il suo sorriso mi si riempiva il cuore e mi sentivo appagato. Sto nel reparto di fisioterapia...c'era un ragazzo sui 45 che aveva avuto due ictus, era paralizzato per metà...con l'altro OSS siamo entrati in empatia con lui finché non siamo riusciti a farlo sorridere...io ci scherzavo e lui era talmente contento di vivere, che dentro di me mi sono sentito veramente bene e mi cercava con la manina, e io cercavo di aumentargli l'autostima così da poter uscire dal male. Anche l'altro



era talmente contento di vivere dopo tutto quello che gli era successo che mi sono detto “Ma io che cazzo mi drogo a fare?!” Mi danno forza. Io in quel contesto scopro i miei sentimenti, la voglia di vivere e di fare, scopro che ho un cuore e ciò che mi fa bene...mi sento appagato. Può essere che questa cosa fa del bene a me...qui mi ero un po' arenato e questo corso mi sta aiutando a crescere. È un mezzo per continuare il programma, ho ancora alcune difficoltà e questo mi aiuta”.

Vincenzo

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



“Sono sincera, ed è una scoperta che ho fatto qui...inoltre è la prima volta che sento di poterlo dire davvero. È da più o meno la metà del percorso che posso dire di essere sincera con me stessa, ma anche con gli altri. È uno step importante che mi gratifica. Penso sia un grosso pregio la sincerità, essere sincera con me e con gli altri senza arrivare a lederli. Quando con le operatrici ho sciolto diversi nodi, ‘sta matassa se ne è andata e ho avuto spazio...io ricordo che alla mia presentazione l’ho detto, ma non ero sincera, ho detto che volevo sbottonarmi, ho sofferto tanto a mentire e non essere sincera e oggi per me è importante dirlo: sono Martina, sono tossica e sono sincera”.

Martina

“Che vuoi che dica...io posso dire che ho trovato un nuovo lavoro!

(continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

Prima ancora facevo i traslochi e non andava bene...mi sveglio all'alba e vado a lavorare e certe volte mi dico "ammazza Nando quanto sei bravo" e spero di prendere i giusti giri e questo mi gratifica. Ho 60 anni, nessuno mi avrebbe preso e invece ecco qua. Io sono certo di essere ancora tossico mentale, non per le sostanze ormai, ma mentale perché ricordi il tuo passato, chi sei stato...ieri alle 20:00 mi sono messo a letto per dormire perché avevo la sveglia alle 4:30 e niente, la testa andava e mi sono dovuto alzare...mi sento ancora malato però questa cosa dell'impegno del lavoro mi dà una mano e mi fa sentire utile. Mi stavo iniziando a sentire bloccato e stanco, venire qui però mi ha fatto anche bene e adesso con il lavoro spero di migliorare passo passo".

Nando

"Avevo un sacco di interessi, ho fatto 20 anni di equitazione, so lavorare il metallo, il legno, parlo tre lingue, dipingo, disegno...tante cose...ad un certo punto non mi piaceva più niente...anche solo l'idea di tirare fuori le matite mi metteva ansia e non mi andava più. Mia madre ha provato a rimettermi in carreggiata dopo le dipendenze provando a coinvolgermi al coro gospel, ma io niente. È pochissimo che sto qui, ma tornando a casa in questi giorni mi sono messa a risentire musica, io vivo da sola, ma più volte ho chiamato mia madre per andare a cena da lei ad esempio. Il succo però è un altro: venendo qui le esperienze possono essere simili, quindi da una parte ti può far male - su un piano superficiale - e poi invece sto riprendendo e quando arriverò a disegnare di nuovo sarà un bel passo. Quando disegno devo avere la mente libera sennò con i pensieri in testa non ho stimoli e già da ora sento che si muove qualcosa, lo sento qui (si tocca il petto), nel cuore".

Anonimo

"Pensavo di essere solo timida e il teatro mi ha aiutata a superare questa timidezza ed è stato un buon mezzo per affrontarla. Questa è una luce".

Maria Teresa

"Far uscire delle emozioni che hai dentro e che non conosci, questo fa il teatro".

Karina

"Dietro questa nostra debolezza ci sono mille cose. Ad esempio ho una famiglia numerosa, ma allo stesso tempo vengo da una famiglia in cui i miei fratelli se hanno bisogno di aiuto mi cercano sempre, ho tanti nipoti e se serve li lasciano a me, anche se mio fratello sa che avrei potuto bere quattro birre...lui comunque si fida e li lascia a me. Mio fratello era in detenzione qui e mi ci ha portato lui, io gli ho detto che volevo guarire e mi ha portato qui. Il primo giorno ho fatto arte terapia (un altro laboratorio al quale gli utenti possono partecipare) e ho fatto un lavoretto, era semplice, ma sono stata felice e non vedevo l'ora di andare a casa e dividerlo con la mia (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

famiglia perché avevo una cosa concreta da dargli perché ho capito che io mi sono sempre troppo spesa per gli altri e invece adesso arriva prima Monia per poi dare di nuovo agli altri. Io non ero Monia...io facevo sempre tutto eh, ma non sempre da lucida, non stavo bene, quella non era Monia, questa è Monia. Sono cinque giorni che sto qui e sto bene e ne sono felice. Qui mi sono sentita subito a casa, non giudicata. Mia figlia di 7 anni a scuola mi ha scritto una lettera dove c'era scritto "mamma per favore non bere più perché sei una brava mamma", e io lì ho detto basta e ho deciso di iniziare qui".

Monia

"Io la mia luce l'ho trovata tramite il CPA...quando arrivi a un livello alto in cui stai fuori di testa, non hai più passioni, non fai più nulla. Stando al CPA ho ripreso le mie passioni, l'album, la scultura, le tele e quando ricominci a fare ciò che ti piace, rivedi i tuoi obiettivi e i vari stimoli. Questo mi ha dato tanta forza e per me è stata proprio una nascita, non una ri-nascita...una nascita perché ero morto e ora sono nato, non è stato ricominciare, ma partire da 0. Io non c'ero proprio con la testa, da ragazzino facevo musica, canto, e facevo dei concerti, poi per la droga ho smesso e ora ho ripreso il progetto, sto facendo l'album. Ho ripreso poi a dipingere e fare scultura che

avevo abbandonato e questo per me è un modo anche di espressione e spero con tutto il cuore che ognuno possa sentire questo".

Giordano

"Quando mi chiedi di riflettere su chi sono adesso senza identificarmi con quell'aspetto lì - la dipendenza - faccio un po' fatica perché tutta la mia vita sono scappato da me stesso e poi sono scappato dalla vita. Per me è tutto nuovo, mi sto conoscendo da qualche mese. Sento di esser morto e rinato...restano dei pezzettini che ogni tanto escono fuori e sui quali cerco di lavorarci. Se penso però a una mia caratteristica (continua)



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



positiva penso alla forza per il vissuto che ho avuto e perché sono qui. Non penso ora al futuro perché è ancora troppo lontano e non so cosa farò. A volte qui i ragazzi mi hanno detto di ammirare la mia calma, ma ciò che non sanno è che è una cosa recente, c'è voluta tanta violenza per diventare così tranquillo. Non ho molti desideri, ma tanti obiettivi. Sto imparando

ad amare le persone, ma soprattutto lasciarmi amare ed è molto difficile, ma mi piace molto...ci sarebbero tante cose da dire, ma bisognerebbe tornare nel passato e io voglio andare avanti e adesso avanti c'è la comunità e io voglio fare le cose bene perché facendole bene, il mio domani sarà migliore”.

Daniel

“Io a Daniel dissi che è una persona molto fine e sottile. Daniel io penso tu sia una persona speciale, acuta, tu guardi e ascolti le persone, osservi e quando ti viene chiesto, allora interagisci, ma sempre in modo positivo. Sei empatico, molto delicato... sei profondo. Daniel non mi conosce molto, abbiamo parlato poche volte a cuore aperto e nonostante questo, mi ha scritto una lettera dove ha tirato fuori diverse cose di me, che persone che mi conoscono da una vita non hanno mai capito...non c'ero arrivata nemmeno io, pensa te...ci credi che io quella lettera la tengo ancora in camera?”.

Martina

“L'altro giorno parlavo con le suore e Daniel, con il savoir faire, ha spiegato in inglese ciò che volevo dire e poi ha parlato loro di me in modo molto positivo. Ti voglio ringraziare Daniel, sei fine ed entri in sintonia, ci sai fare”.

Vincenzo

“Non lo so, queste cose non le vedo in me... però se me le dicono vuol dire che ci sono”.

Daniel

SALUTI AD EZIO E MARY

Ci sono incontri che lasciano il segno. Persone che, senza far rumore, diventano parte della tua quotidianità, del tuo percorso, del tuo cuore. Ezio e Maria Teresa (per noi Mary) sono stati questo per gli utenti del CPA: una presenza costante, sincera, capace di ascoltare, sostenere e far sentire meno soli. Ora si preparano a partire per la comunità, a fare un passo importante nel loro cammino, e il CPA si riempie di emozioni: felicità per loro, tristezza per il vuoto che lasciano, ma soprattutto gratitudine.

Abbiamo raccolto i pensieri e le parole di chi ha condiviso con loro pezzi di strada, momenti difficili e conquiste quotidiane. Questo articolo è il nostro modo per dire loro grazie, per ciò che sono stati e per ciò che continueranno ad essere, anche da lontano.

“Iniziano una nuova vita, con tutte le sfaccettature sia belle che negative. Prenderanno tutto e dovranno essere pronti ad accettare tante cose. Per me hanno un grandissimo potenziale per affrontare questo percorso, li vedo già pronti, già che stanno lì”.

Emiliano

“Io li conosco in maniera molto marginale visto che sto qui da pochissimo. Però mi collego perché quando succedono queste cose, che sono positive, comunque per noi è destabilizzante perché se ne vanno due che qui non sono marginali, sono sempre presenti, persone su cui puoi contare...è un'arma a doppio taglio perché è un bel passo però ci mancheranno. Alla fine c'è sempre un'altra faccia della medaglia”.

Martina

“Quando li ho visti la prima volta non gli davo un soldo di fiducia e invece man mano ho visto il loro affiatamento e questo è la loro forza”.

Nando

“Mi ricollego a Nando...la prima volta che arrivai al CPA come prima faccia vidi Ezio e pensai “Ma davvero sto così tanto male da condividere un percorso con una persona del genere?” E invece poi è bastato uno sguardo per capirci. E Mary per me è stata una spalla molto importante nel percorso, ci ho pianto e parlato tanto e ogni volta in lei ho trovato una risposta che poi ho applicato nella vita reale e le cose hanno iniziato a funzionare. Di Ezio mi mancherà lo scherzare insieme, trovavamo sempre affinità su ogni cosa. Inoltre, nei gruppi mi elogiava sempre su un punto che non avevo mai visto: “Tu guarda a 28 anni dove sei, stai facendo un percorso per te stesso e io all'età tua nemmeno me lo immaginavo di poterlo fare per me (continua)”

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

e questo mi sprona e mi migliora, lui mi ha migliorato tanto. E poi è un cazzone proprio a livello di scherzare. Se penso al CPA penso a loro e mi mancheranno tanto, sono ormai diventati pilastri e quindi se ne andrà una parte fondamentale, ma dall'altra parte speravo da tempo per loro che andassero via, ce l'hanno fatta e spero che quest'avventura continui forte e chiara così come sono decisi a fare”.

Giordano



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

IL SOTTILE CONFINE

Durante i saluti ad Ezio e Mary, il gruppo raccoglie un pensiero nato dalle parole di Martina. Quest'ultima propone di riflettere sul confine, apparentemente invisibile, tra ciò che ci dà l'illusione di stare bene e ciò che, in realtà, ci consuma. Un limite sfocato tra sollievo e sofferenza. "...è un'arma a doppio taglio...alla fine c'è sempre un'altra faccia della medaglia". La sostanza come rifugio e condanna, cura e ferita. In questo articolo gli utenti hanno raccontato cosa significa vivere su quel filo teso, dove ogni passo può salvarti o farti cadere.



“Se io riuscissi a capire cos'è che mi fa bene e cosa mi fa male smetterei di drogarmi. Non credo di avere una dipendenza a livello fisico, ma mi capita di avere uno stato d'animo per cui vorrei farlo, ma so che mi fa male e non capisco perché voglio farlo. Per me questa è l'arma a doppio taglio: cosa ti dà la sostanza e cosa ti toglie, ma devo arrivare al perché...perché arrivo lì a quel punto, se so che non mi piace”.

Martina

“E se non ti piace allora perché lo fai? Perché io in mezzo al discorso ci metto anche che mi piace”.

Monia

“A me non piace ciò che mi lascia, il dopo, il giorno dopo”.

Martina

“La droga uno dice “mi piace” che ti piace? Ti piace perché non hai nulla. È bello stare lucidi, non le sostanze”.

Nando

“Sotto effetto io riesco a mostrare un pezzo di me che da lucida non riesco a tirare fuori, e forse solo qui sto iniziando a tirare fuori perché non mi sento giudicata. Se io sto facendo un danno con un'altra persona è come se quella fosse complice e quindi per me è una condivisione. So che è paradossale, ma io mi sento un paradosso”.

Martina

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Quest’arma a doppio taglio implica bene e male, ma allo stesso tempo otterrai ciò che vuoi ad un prezzo molto alto. Anche smettere di drogarsi implica tanto sforzo, ma porta al bene”.

Emiliano

“A me piace. Fare un certo stile di vita a me piace. Sto facendo questo percorso per cambiare stile di vita, ma mi manca quello che facevo prima e solo ora sto cercando le spiegazioni a domande come “Lo faccio perché conosco solo questo?” Prima avevo proprio tanto piacere a stare intrippato dalla mattina alla sera e non ci vedo nessun lato negativo perché mi portava a divertirmi, a fare nuove conoscenze e vedere posti nuovi. Tramite la droga ho fatto esperienze, ho viaggiato, ho conosciuto le peggiori persone portando un bagaglio di cose assurde. Ora sto sperimentando una vita nuova, diversa da quella che già conosco. Sto affrontando il percorso perché ero arrivato alla fine del mio circolo vizioso perché se non sarei mai entrato qui, non avevo più nulla intorno a me e questa è una conseguenza...però mi piaceva...quando entri qui, da una parte hai ciò che giàosci e ti dà sicurezza e dall’altra parte hai la novità, la paura che sì ti farà star bene, ma fa paura”.

Giordano

“Mi rivedo moltissimo in quello che dice Martina...perché mi ributto sempre sulla stessa merda e mi chiedo perché lo faccio visto che non mi dà più il piacere di prima. Prima era un divertimento dopodiché più un rifugio, forse perché non c’era altro di meglio...mi sento male e mi vado a drogare, litigo e mi vado a drogare, anche se consapevolmente so che è una cosa sbagliata...per questo sto qui, per qualcosa che mi dia più forza, più passione”.

Alessio

“Io ho 25 anni di cocaina iniziata per gioco, ho 4 figli, un compagno...non mi sono mai rivolta a nessuno e ora da sola non ce la posso più fare...ma la domanda è sempre la stessa “perché lo faccio?”, io sto qui perché ci credo e piano piano ci sto riuscendo, anche se so che fa male, ancora non so perché lo faccio e voglio arrivare a questo, a capire il perché. È una frazione di secondo, basta una frazione di secondo e poi ti senti una deficiente...eppure nonostante sappia ciò che comporta...voglio sapere perché lo faccio...sicuro c’entra che comunque ti piace, però sai anche cosa ti comporta a livello negativo, perciò voglio capire perché...qui sono riuscita a dare già tante risposte a diverse domande che mi ponevo...qui sento tanto affetto e conforto...mi manca la terra sotto i piedi ogni mattina fino a che non arrivo qui al CPA...però ancora non sono arrivata a quella risposta”.

Monia

“Io pure vedo i miei fratelli come sono cresciuti...i nostri giochi sono stati (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

diversi...quando Carmen (operatrice del CPA) mi ha chiesto come mi sento quando non lo faccio, io le ho ribaltato la domanda e le ho chiesto per lei cosa sia la normalità e per lei è la famiglia, gli affetti, ecc, ma io quel contesto di famiglia non l'ho mai vissuto. La mia normalità è la droga, è il contesto in cui sono cresciuto. Per me la normalità sono i pacchetti d'erba, portare la dose da quello e da quell'altro ed è difficile pensare a qualcosa di diverso”.

Matteo

“Tutti vogliamo capire il perché di queste cose...dalla mia esperienza posso dire che ovviamente anche a me piaceva, ma poi, quello che mi ha tolto la droga non mi tornerà più...però le cose belle invece le posso prendere da altre parti. Per me però la droga è la punta dell'iceberg e devo arrivare fino in fondo...tutti noi stiamo scappando da qualcosa e dobbiamo individuare che cos'è...nel mio caso era che non accettavo il



mondo.. ci sono cose che ci hanno fatto male e non accettiamo e quando capiamo tutto questo allora prendiamo la decisione conscia “io voglio vivere”...in un certo senso mi sono dovuto arrendere ad una forza superiore, accettare, ripartire dal basso ed è dolorosissimo perché dobbiamo tagliare dei pezzi di noi stessi e lasciarli andare e questo è difficilissimo, ma è una cosa che sto facendo”.

Daniel

“Il mio discorso sulle dipendenze è più ampio: non posso prendere il caffè senza sigaretta, mi piace mangiare, ma se mangio arrivo fino a 150 kg e mi devo operare. Arrivo ad un punto che non mi piace, anche nell'interazione con le persone...è come se avessi un atteggiamento autolesionista...c'è una paura nello stare bene ed è come se fossi una vittima di un meccanismo che io stessa ho innescato. Da una settimana a questa parte mi sono detta: “basta stai facendo qualcosa per aiutarti sennò non staresti qui”. Credo di non essermi voluta bene e pretendevo rispetto dagli altri e ora non mi interessa più...ora sto imparando a volermi bene e non mi interessa più la pretesa del rispetto del prossimo”.

Martina

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Se provassimo ad utilizzare il *quando* al posto del *perché*?”.

Vittoria, conduttrice

“Quando sei dipendente dalla sostanza la assumi e basta, non cerchi scuse, lo fai in automatico. Io mi ricordo il perché ho iniziato, il motivo lo so ed era per fare il grande in una situazione...avevo circa 15 anni, c'era la voce in giro a Torvaianica che io facevo uso ma non era vero...mi si è avvicinata una ragazza di 22 anni dicendomi di fare serata insieme e invece di dire che non era vero ho detto “sì certo” ed è così che ho fatto la mia prima botta...se tu lo fai assiduamente il *quando* non importa più e non esiste più...esiste solo la dipendenza...e da lì cerchiamo solo la scusa per poterlo fare. Per me non c'è un *quando*, ma solo la dipendenza...se dai 15 ai 28 anni fai uso tutti i giorni della tua vita, diventa uno stile di vita, una routine”.

Giordano

“Io penso che invece ci sia un *quando*...”.

Martina

“Dal mio punto di vista il *quando* l'ho trovato...perché avevo sempre la motivazione per drogarmi e questo “*quando*” cambiava sempre in base al sentimento che sentivo in quel momento. Tutti iniziamo a drogarcì per motivi diversi, ma continuiamo a farlo per lo stesso motivo: c'è una cosa profonda dentro che ci fa soffrire e che non accettiamo”.

Daniel

“È normale che *quando* sei cotto non ti dai nessun pretesto e non hai nessun problema reale...ti droghi perché ti vuoi drogare, sei abituato a farlo tutti i giorni e quindi non è perché hai un problema...è uno stile di vita...poi c'è chi non lo fa tutti i giorni ed è perché il bicchiere è pieno, sei arrivato, non hai più alcuno stimolo e dici “stasera so' pieno e basta mi tiro per l'aria” ma è sempre il fattore che ti manca qualcosa...bisogna essere felici, innamorarsi, innamorarsi dell'amore e volersi bene”.

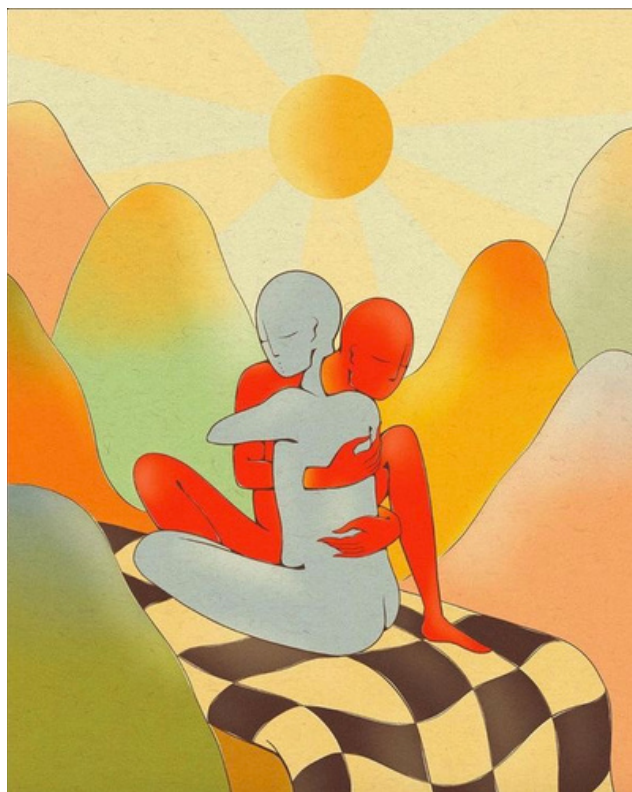
Nando





LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

PAROLE IN CIRCOLO



“Io ho sempre pensato di essere una ragazza brutta e non piacevole e fondamentalmente ho sempre pensato di aver bisogno di un effetto speciale per poter interagire con le altre persone e mi sono nascosta nelle dipendenze perché mi aiutavano a far uscire fuori di più: canto, ballo, parlo...ma io non mi sento accettata, ho bisogno di altro per piacere...il problema è che poi non sono piacevole neanche quando mi drogo, magari lì per lì sì, ma poi divento esagerata, pesante, mi auto punisco e io vorrei legare le mie dipendenze a questa cosa qui...credo di pensare di essere inadeguata e fuori luogo in qualsiasi ambiente e faccio di tutto per accentuarlo...tendo sempre a mostrare il brutto sperando che qualcuno ci veda qualcosa di bello...io

vedo solo i miei difetti e quando conosco qualcuno a cui piaccio mi ci attacco perché la vedo come una cosa rara e difficile da trovare perché se io non mi piaccio non posso piacere agli altri e se io ti faccio vedere la parte peggiore di me e tu resti...”.

Martina

“Ho la sensazione che questo tuo senso di inadeguatezza non per forza combacia con la sensazione che hanno gli altri di te. Anche il sentirsi inadeguata non significa che sia realmente così...essere se stessi è la cosa migliore...impara ad apprezzare ciò che sei e ciò che hai e te lo sta dicendo un uomo di 60 anni che si è fatto la sua vita e le sue esperienze e non sei un cencio da buttare via...sei una persona che ha un cuore e un'anima che va valorizzata e sei tu che devi farlo per prima. A volte sembra che questo drogarsi sia una continua ricerca di uniformarsi a qualcosa, uno standard, un cliché, e poi? Siamo una massa di scemi che si sono fatti del male... io sono il primo che ha sbagliato e lo riconosco forse oggi per la vera prima volta nella mia vita... mi sono fatto male e mi hanno ripreso per i capelli...e questo perché? Per fare cosa? Per sentirmi come chi? Come te? E chi sei tu? La gente che ho cercato di emulare, parecchi li ho persi perché commettevano reati, rapine per andarsi a comprare un pezzo...alcuni sono morti...non aveva senso”.

Marco



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



“Se io cerco di essere qualcosa che non sono per piacere agli altri, non solo mi cirondo di persone che non mi conoscono e non mi vogliono bene, ma a cui nemmeno importa di me...se io sono me stesso chi mi sta intorno sarà lì perché mi vuole bene”.

Daniel

“Io ti sto scoprendo piano piano Marti e ti posso dire intanto che un libro non me l'ha mai regalato nessuno e tu l'hai fatto e ti dico una cosa: mostrati per quello che sei, sii te stessa perché sei una bella persona”.

Monia

“Io credo che in qualche caso il senso di appartenenza abbia spinto alcuni di noi ad iniziare a fare uso...perché magari avevamo bisogno di fare parte di qualcosa...io ad esempio ho avuto questo senso di appartenenza in piazza di spaccio perché a casa non mi sentivo accolto e lì, invece, mi sentivo parte del branco ed è proprio questo senso che ti fa fare tante cazzate però nella vita”.

Giordano



MANI APERTE, CUORE ATTENTO

Fiducia, una parola semplice, ma che porta con sé un carico pesante: delusioni, ferite, tentativi andati male. C'è chi dice che fidarsi è necessario per andare avanti, e chi invece ha imparato a difendersi proprio smettendo di fidarsi. Alcuni sentono la fiducia come un rischio, altri come una possibilità che va guadagnata passo dopo passo.

“Mani aperte, cuore attento” è l'immagine che rappresenta questo fragile equilibrio: aprirsi, ma con attenzione.

“Per me la fiducia è qualcosa che io dò...capisco che siamo stati tutti traditi e ci chiudiamo ad un certo punto...io sono stato in quella posizione e si vive molto male... ad un certo punto ho deciso di fidarmi.. non di tutti, ma se scelgo la persona di cui mi fido è un compromesso, io mi fido di te, tu di me e insieme facciamo un percorso passo dopo passo...io la vedo come una scelta, altrimenti dall'altra parte che ci sta? Niente, un mondo buio e cupo e allora piano piano voglio provare a fidarmi delle persone, guardando e osservando come si muovono, molte cose non le saprò, ma le vedremo insieme. Costruisco un qualcosa con te, se poi un domani mi tradisci, la vita va avanti...è una specie di danza, rimaniamo insieme, ti dò fiducia, ma se poi tradisci la mia fiducia, fa parte della vita”.

Daniel

“Se ti fidi, ti fidi, tutto il resto è subordinato”.

Emiliano

“Qui rientra anche il concetto di rancore. Daniel, in merito a ciò che dici, io scinderei dal tipo di rapporto. Io per fiducia penso più ad aprirmi con un terapeuta e tirare fuori cose del mio intimo che non ho ancora condiviso. Ad esempio in un patto lavorativo, invece, non vedo un rapporto di fiducia. Fiducia per me è partire da me stesso...sono un po' confuso, per tanto tempo ho pensato magari di essere amico e poi restavo abbindolato e allora poi ho ragionato su come ero io all'interno di quel rapporto e magari la mia era una fiducia egoistica. Per me è un'utopia che ognuno sviluppa e vive a modo suo. Devo quindi partire da me stesso prima di spostarmi sul prossimo”.

Francesco P.



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Fiducia...io la intendo così: quando mi fido di una persona dò in mano tutto di me e tendo proprio ad affidarmi, mi “smollo” completamente e questa cosa mi fa paurissima...non mi aggrappo, mi lascio andare perché se mi fido penso, egoisticamente, di aver valutato bene la persona che ho davanti e che questa quindi non può farmi del male e quindi abbasso le difese. Dopodiché mi infilo, quindi, in situazioni in cui alla fine non ho mai io ragione. Per me fiducia esclude protezioni”.

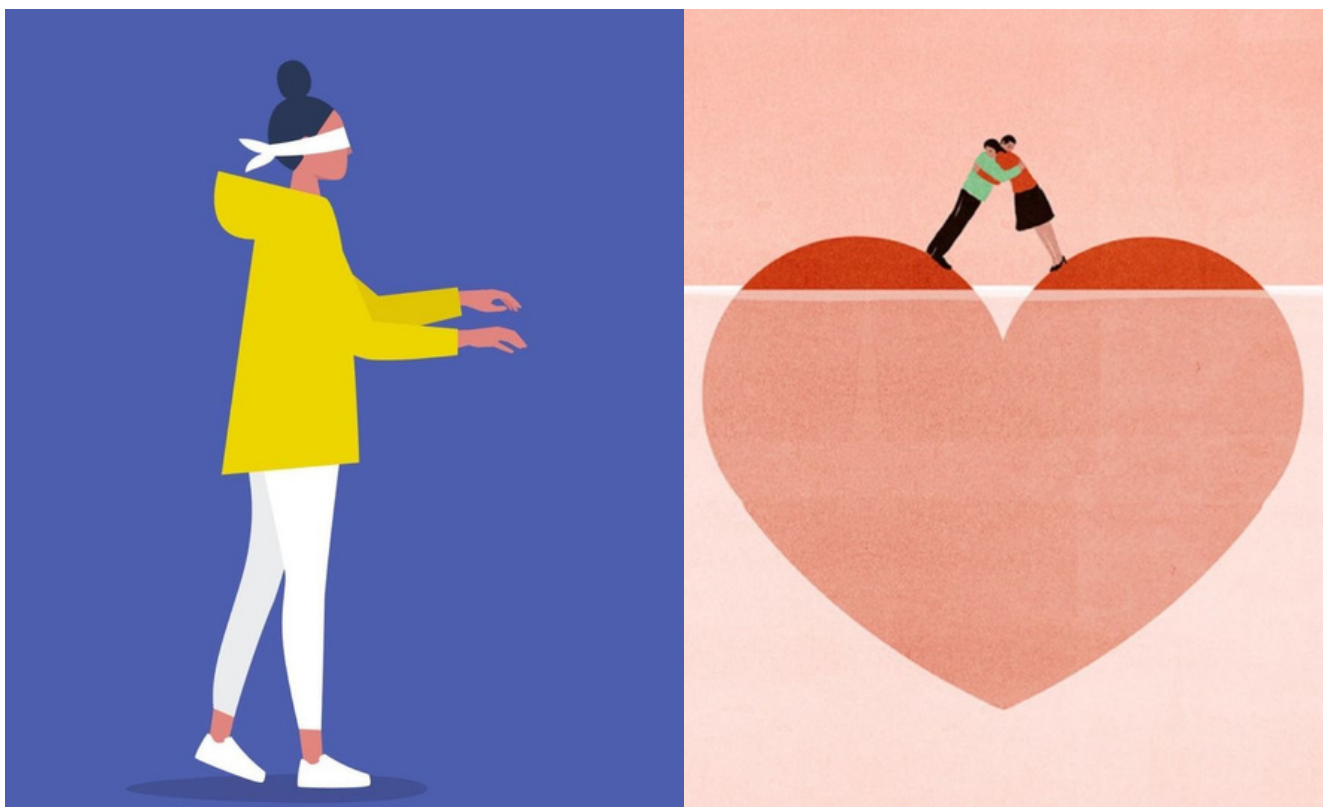
Martina

“Per me la fiducia, in alcuni casi, è ciò che ha detto Martina. Fuori da qui mi affido a mia moglie, mia madre, l'unico amico che mi è rimasto...quello è un affidarsi...so che posso contare su di loro. Quando vieni qua ti affidi perché hai fiducia nella struttura...sei tu il primo che vuole una mano e ti affidi. Però con le persone no...la fiducia non è controllare, puoi valutare...se sei con una persona che non conosci e parli di cose circostanziali è diverso...la fiducia la dai comunque a pochi...se io ho fiducia in te, mi affido a te, altrimenti no”.

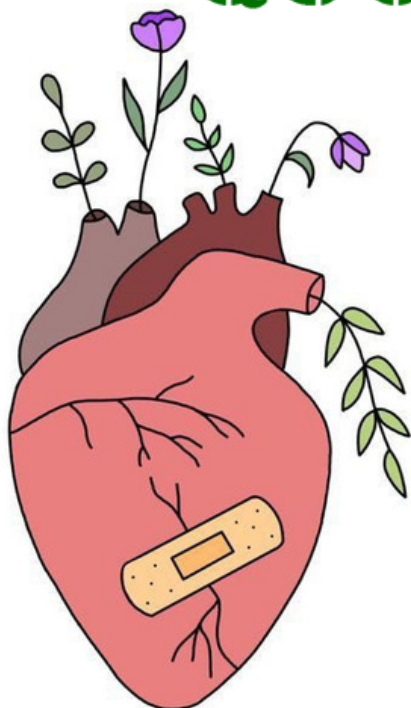
Riccardo

“Per me la fiducia è una cosa molto diffusa, una persona deve avere fiducia in se stessa e così avrà fiducia anche esternamente, avendola in te riesci a fare qualsiasi cosa, anche sul lavoro. Ad esempio nel mio passato è stato difficile avere e dare fiducia, però andando avanti quando riesci a cambiare la storia e l'atteggiamento, acquisisci fiducia”.

Karina



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



“Per me è un’utopia.. non sta né in cielo né in terra...torno un po’ sul discorso dell’affidarsi perché io lo necessito e voi me lo state dando ad esempio. Ma che io debba dare fiducia...non mi piace tanto darla ed è una parola che ho eliminato perché non ho avuto belle esperienze in passato...per me è come metterle il coltello dalla parte del manico perché potrebbe usarla contro di te in futuro...perciò non è più questione di fiducia, ma di stupidità per aver dato ad una persona quest’arma in mano...perciò fiducia non è più nel mio vocabolario”.

Gianfranco

“Nessuno mi costringe a fidarmi dell’altro, è una condizione che scelgo io. Per me la fiducia implica per forza l’ignoto, ossia: se sapessi cosa succede al 100% sarebbe troppo facile e non è possibile perché non sappiamo in realtà ciò che succederà. Fiducia implica la non conoscenza e fa paura. Ho sentito dire più volte “io mi fido di me”...io non mi fido di me, io credo in me e mi fido degli altri perché la fiducia implica l’ignoto mentre ogni giorno cerco di conoscere sempre più me stesso e per questo credo in me”.

Daniel

“Per me la fiducia è un gesto di fede proprio, il problema è che io non mi ritengo di potermi fidare di me, faccio davvero tanta fatica...in me ci credo, so che prima o poi arrivo, ma se ti devo dire se ho fiducia in me ti dico zero. Io vorrei tanto fidarmi di me, ma finché continuo a fare le stesse cazzate non posso arrivarci. Ma se io stessa non posso fidarmi di me, come faccio a fidarmi degli altri?... esiste una sola persona di cui mi fido ed è mia moglie, ma per il resto no. Non mi fido del mio giudizio sulle persone e per questo non mi fido di me,io dò fiducia alle persone sbagliate (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

le scelgo male o non è possibile dare fiducia alle persone? Mi sento in un limbo e non ci voglio stare in una via di mezzo, ho bisogno di capire”.

Martina

“Possiamo racchiudere tutto questo in un'unica parola: la fiducia è un sentimento, partiamo da qui”.

Emiliano

“Io ho paura prima di dare fiducia. Quando sono sotto effetto è più facile dare fiducia”.

Andrea

“Vorrei dire una cosa a Daniel: io ho fiducia in me stessa perché ad esempio ho dei soldi e so che non li vado ad usare per abusare delle sostanze. La fiducia che sto dando a me stessa è una cosa molto visibile per trasmettere la fiducia”.

Karina

“È bello dare fiducia alle persone, ma non significa che se la dò, allora dò anche tutto me stesso, altrimenti diventa una follia, eccessivo...poi se vedi che le cose non vanno con determinate persone fai un passetto indietro e basta, senza tanti giri di parole. È importante anche sapersi guardare dentro ed essere consapevoli che non si è perfetti e che come l'altro può sbagliare così puoi farlo tu”.

Nando

“Io a 19 anni sono diventato papà e finita la scuola ho dato tutto quello che avevo ad una ragazza che mi tradiva dentro casa mentre io lavoravo...mi ha detto “eh ma tu andavi a lavoro”. Niente, sono andato avanti e poi è arrivata mia moglie che ho fatto tribolà eh...però poi quando capisci che ad una persona puoi dare fiducia...io me la so sposata!”.

Riccardo

“Fidarsi è bene, non fidarsi è meglio però non fidarsi affatto significa rimanere da soli”.

Nando



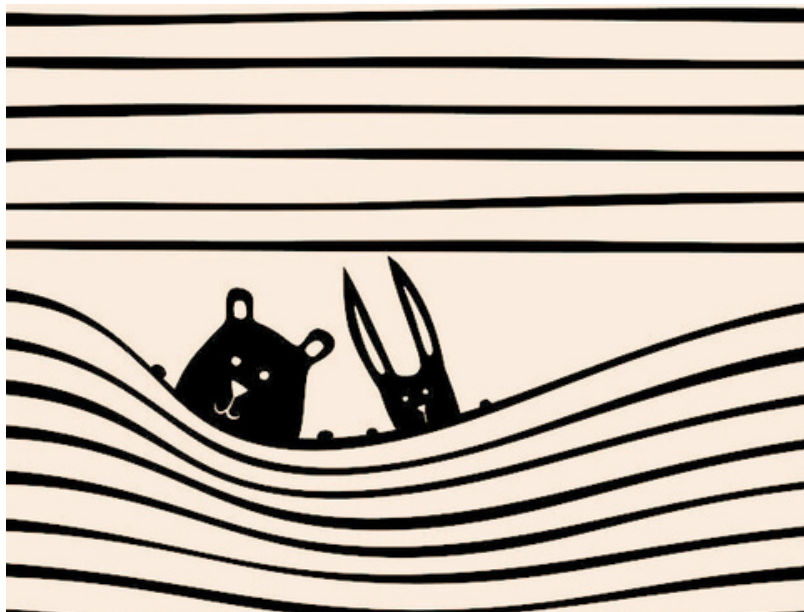
TRA LE RIGHE DELLA QUOTIDIANITÀ

La vita al centro di prima accoglienza è fatta di quotidianità condivisa: stanze, spazi comuni, regole, attività, ma soprattutto persone. Ognuno arriva con il proprio vissuto e con le proprie fragilità che a volte si scontrano. Ci sono giorni tesi, momenti di incomprensione, parole che feriscono, silenzi che pesano. Ma ci sono anche sguardi comprensivi, gesti di solidarietà, una battuta che strappa un sorriso. Raccontare queste dinamiche significa dare voce a ciò che succede ogni giorno tra chi cerca di ricostruire un pezzo di sé. Nei contrasti può nascere qualcosa di vero: un'occasione per conoscersi, per imparare a stare insieme e forse anche per cambiare.

“Noi facciamo gruppi e laboratori, è naturale che in seguito escono fuori delle cose che uno o si aspetta o sono inaspettate perché o è consapevole o non lo è e non rendendosi conto può portare malessere. Purtroppo per me determinati miei comportamenti vengono interpretati diversamente da quello che io vorrei trasmettere e questa cosa mi sta portando problemi. Il mio comportamento dentro il CPA è dato forse tanto dalla permanenza, sono 11 mesi che sto qui, sono prossimo all'anno, perciò ho una conoscenza delle dinamiche e persone e un grosso bagaglio personale che mi porto dietro. Mi rendo conto e me lo stanno portando in evidenza che ho un atteggiamento che viene travisato, questo perché non è mia intenzione arrivare a dimostrare qualcosa a qualcuno o attaccarmi le medaglie, prendermi dei meriti o rivestire dei ruoli che non mi appartengono. Ho le mie problematiche e mi rendo conto che sono molte di più di quelle che pensavo e questo mi sta portando un malessere. Io sono cresciuto in un certo modo, ma ho sempre provveduto in modo autonomo a me stesso e questo ha fatto sì che quando sentivo mia madre le raccontavo le mie giornate, ma non le raccontavo se mi scappava un coltello e mi tagliavo un dito...questo perché mi gestivo le mie dinamiche da solo. Questo nel tempo si è consolidato e ad oggi ho molta difficoltà a riconoscere i miei malesseri e dolori e di conseguenza ancora più difficoltà ad esternarli. Io ho la mia visione della vita, sono una persona pulita e ordinata...sbaglio e me ne rendo conto e ho delle aspettative nel prossimo molto alte. Ad esempio chi è responsabile delle docce (ogni utente ha una responsabilità all'interno del CPA) dà per scontato che le tenga bene a livello igienico come ho fatto io quando ero responsabile prima di lui, questo però purtroppo non avviene. Stamattina sono sceso sotto le docce e ho trovato un bordello, sia di igiene sia di com'era messo proprio il luogo. Il problema per me è stato trovare 'sto caos e l'ho detto ai responsabili, e forse il mio modo ha probabilmente creato un malessere in loro e quando sono andato via mi è stato detto che uno dei due ha detto “questo non ha capito che deve fare l'utente e non l'operatore”, e io ci sono rimasto male. Quindi capisco che creo dinamiche fastidiose per gli altri, ma non me ne rendo conto finché non mi viene detto”.

Marco Q.

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



che lo fai apposta però così facendo ti concentri sui problemi intorno a te e non sui tuoi”.

Daniel

“Per me invece Marco è un punto di riferimento e tante cose che io faccio è perché lui me le fa notare e non vedo una persona che deve fare il grande, piuttosto una persona che cerca di darmi un consiglio”.

Alessio C.

“Si è creata una dinamica che poteva concludersi più facilmente. L’altra persona poteva risponderti e farti presente qualcosa”.

Andrea

“Ho appena osservato tantissime dinamiche. Io mi ritrovo molto con Marco perché ho vissuto dinamiche simili ad esempio su al CAD (Vincenzo è un utente di un altro servizio di Villa Maraini, il Centro alternativo alla detenzione, che ha passato dei giorni con gli utenti del CPA), consigliavo i prodotti per pulire o altro e li riprendevo per esperienza, ma la gente le vive male...inoltre ho iniziato il corso OSS quindi ho appreso altre cose in più e le riporto perché sono affezionato alle persone, magari ho un modo grezzo di rapportarmi. Ad esempio c’è stato un brutto screzio, io non so abbozzare, ma poi non ho dormito la notte perché ho capito che mi stavo avvicinando a un grosso danno per me, per la comunità, per l’altro ragazzo e allora ho capito che devo lavorare sul modo di evitare ogni volta lo scontro anche perché fuori da qui che faccio? Che può succedere? Nella vita normale si evita, si sta calmi, tante volte si abbassa la testa non perché è debolezza, ma è intelligenza e mi sento carico come un elettrone nell’atomo e devo però fare ‘sta palestra, tutte le altre le ho fatte: non uso le sostanze, mi so’ messo a dieta, sto facendo un corso che (continua)



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



PAROLE IN CIRCOLO

mi salva la vita e poi c'è questo cavillo che mi porto dietro fin da bambino. Io sono uno che non molla mai e quindi ci devo riuscire perché stasera risalgo (al suo servizio, il CAD) con altri metodi. E mi sento malissimo, mi vergogno, sento dolore e non riesco nemmeno a guardare la gente in faccia. Ne ho fatte tante e ci ricasco, ho perso tutto quello che avevo costruito, ho ritrovato l'affetto della famiglia, però da una parte è deleteria perché prima ero una scheggia impazzita e mi avevano abbandonato, quindi tutto il resto l'ho tolto, ma sta scheggia impazzita no, resta comunque...e devo dire che mi mancavano tanto questi gruppi dove puoi tirare fuori l'Io interiore...io lo capisco Marco perché pure a me al CAD mi chiamano "operatore" perché scambiano "operatore" con "guardia", ma non è così perché gli operatori sono persone che ci stanno aiutando. Tante volte quando hai ancora i postumi della sostanza non riesci a comprendere davvero l'aiuto che qui ci stanno dando. Tornando a noi e sul tema tirato fuori da Marco, se lo dice è perché ha più esperienza, per il bene tuo e per quello degli altri".

Vincenzo

"Vincè posso dire con tanto orgoglio che ho finalmente avuto la possibilità di conoscerti. Che tu sia pieno di rabbia è palpabile, tu sei incazzato nero, incazzato con il mondo e prima hai detto che ti piace lo scontro, ma ho capito che invece hai un cuore enorme...tu dici di essere una bestia, ma tu sei dovuto diventare una bestia per poter difendere ciò che amavi di più e più lo amavi e più sei dovuto diventare una bestia. Tu sei rimasto bloccato in questa fase di combattimento, in guerra con il mondo...tu la pace troverai il giorno in cui ti arrenderai".

Daniel

"Io mi arrendo quando muoio".

Vincenzo

"E io vedo questo bambino che ama, che vuole aiutare, che vuole fare il meglio di sé e allora 'sta rabbia non ti serve più...è finita 'sta guerra e sono davvero contento di averti conosciuto".

Daniel

"Non ho mai avuto tanto modo di relazionarmi con lui anche semplicemente perché siamo in due servizi diversi. Io ho ascoltato stasera ciò che hai detto e ho sentito che tu ci hai elencato tutti gli strumenti che hai per tirarti fuori da questo malessere, tu hai perfettamente chiaro davanti a te tutto...Daniel ha ragione quando dice che sei rimasto dentro quella corazza che ti sei dovuto costruire. Noi prima (continua)



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



camminavamo su una strada dove man mano i lampioni si spegnevano e noi andavamo a braccio, cadevamo, inciampavamo, rotolavamo, ci facevamo pure male. Ma oggi tu hai davanti una strada dove grazie a Dio e grazie a te, 'sta strada si illumina, i lampioni si accendono e tu puoi vedere dove mettere i piedi. Inizia a ragionare con "io voglio" non "io vorrei", ce l'hai Vincè...poi smussare gli spigoli, quello è un lavoro che ognuno di noi fa su se stesso e tu lo stai a fa', togli la mentalità del tutto e subito".

Marco Q.

"Io ho la mentalità da carcerato...io sto uscì da lì per affrontare il mondo e se lo affronto male, nel migliore dei casi, ci ritorno. La paura mia è di rimanere solo, non avere più nessuno e la droga ti fa stare solo...alla fine chi rimane? Giusto la mamma non ti lascia mai, ma io nemmeno ce l'ho...non voglio morì solo, voglio farlo alla grande, io l'obiettivo ce l'ho, voglio solo migliorare 'sta cosa".

Vincenzo

"Vincè ma questa non è la migliore delle ipotesi, è una delle ipotesi. La vita tua deve continuare".

Marco Q.

"Tu sei credente? (Vincenzo fa cenno di sì) Ok...non guardare il quadro da così vicino, ma allontanalo un po'...se il Suo progetto fosse stato la galera, questo film sarebbe già finito e invece tu non stai lì, tu stai qui".

Daniel



CREDITI

A cura di Vittoria Santantonio, psicologa tirocinante presso il Centro di Prima Accoglienza (CPA), e Giorgia Giammei, volontaria presso il CPA.

Impaginazione e grafica a cura di Vittoria Santantonio e Giorgia Giammei.

Referente per i contenuti e per la posta elettronica: Rosa Luana Marra, psicoterapeuta ed operatrice presso il Centro di Prima Accoglienza.

Tutti i contenuti sono stati proposti e condivisi dagli utenti del Centro di Prima Accoglienza, noi ci siamo occupati di trascriverli.

RINGRAZIAMENTI

Alla realizzazione di questo numero de *La Battaglia Quotidiana* hanno partecipato alcuni utenti del CPA che ringraziamo: senza di voi e senza il vostro prezioso contributo nella condivisione di idee e di storie, tutto questo non sarebbe possibile. Ringraziamo Villa Maraini per averci dato la possibilità di iniziare questo progetto, che ci auguriamo possa continuare.

Per ultimo, ma non per importanza, ringraziamo voi lettori che avete dedicato un po' del vostro tempo nella lettura di queste pagine.

PROSSIMAMENTE

La Battaglia Quotidiana vuole essere una newsletter bimestrale. L'uscita del prossimo numero è prevista per luglio. Nel frattempo, per chi volesse scrivere agli utenti del CPA e contribuire a questo progetto con suggerimenti e risonanze, può scrivere a labattagliaquotidiana.cpa@villamaraini.it.

Alla prossima!

IL CPA