



INDICE

3 *Uno, nessuno, centomila*

7 *Storie che mi somigliano*

14 *La nostra voce, i nostri colori*

19 *Arnica*

25 *Ringraziamenti*

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

UNO, NESSUNO, CENTOMILA

Nel corso della vita impariamo, a volte senza nemmeno accorgercene, ad indossare maschere. Lo facciamo per difenderci, per essere accettati, per non mostrare ciò che sentiamo davvero. Dietro quelle maschere ci sono spesso paure, desideri, fragilità, ma anche la forza di chi cerca un modo per stare al mondo...o per sopravvivere. Durante il laboratorio ci siamo fermati a guardare queste maschere da vicino: che forma hanno? Quando le indossiamo? E soprattutto, cosa succede quando – anche solo per un attimo – riusciamo a toglierle?

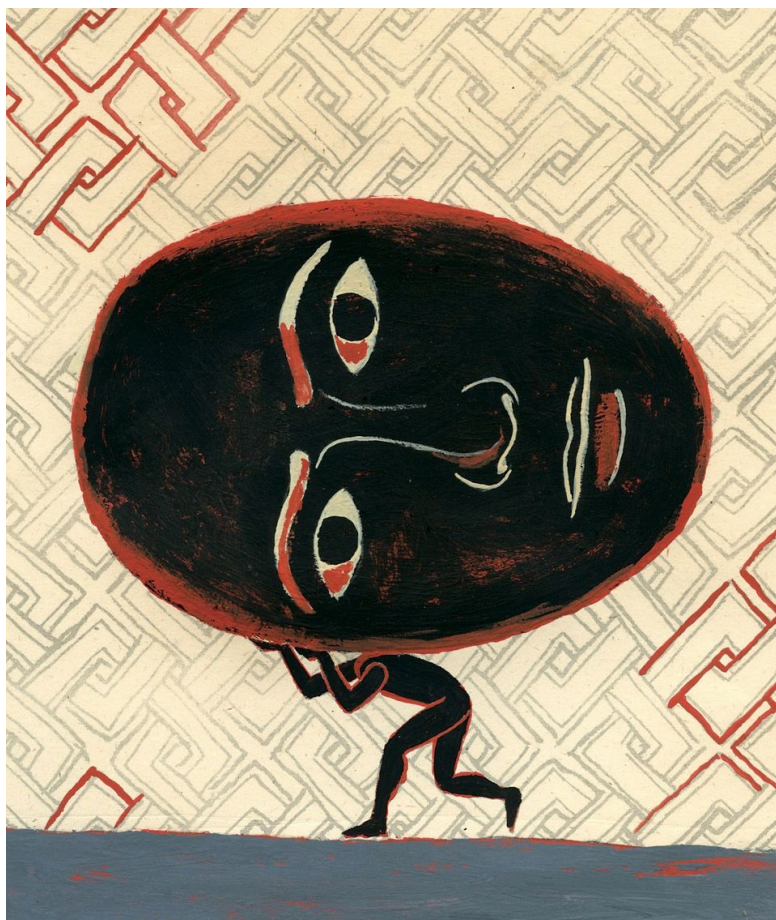
“La maschera è una cosa molto personale e io la uso come forma di difesa. Le maschere le ho fatte molto mie, il vero Giordano esce fuori solo in piccoli momenti. Ho tantissime maschere (quella della gioia, dell’euforia, ecc.)...a me serve indossarle solo per proteggermi da tutto ciò. L’unico momento in cui le tolgo è la sera prima di dormire, le appoggio metaforicamente sul comodino e mi metto a pensare alla giornata trascorsa, a tirare le somme. A me servono per affrontare la giornata perché, per persone come noi, mettersi in gioco è molto difficile...io sto facendo un percorso del genere e qui è il momento di togliere la maschera perché devi scoprire chi sei e su cosa lavorare...quindi è un po’ un doppio senso perché la uso per proteggermi, ma devo toglierla per far vedere chi sono. Piano piano la sto togliendo e sto cercando di trasmettere e far capire chi sono, anche agli operatori. Ho capito che il CPA ti aiuta a capire dove andare a lavorare per arrivare alla comunità e per poterlo fare devi mostrarti agli operatori, perché in comunità si lavora ancora di più sotto questo punto di vista.

Questa è una cosa che abbiamo fatto un po’ tutti perché la vita che abbiamo condotto porta a questo e la tossicità è così tossica che devi proteggerti. Ad esempio la indossavo quando facevo la “mala vita” in strada frequentando persone che spacciano e fanno rapine...anche se non ti piace l’ambito, ma lo frequenti per sopravvivere...e la maschera serve proprio per sopravvivenza. Un esempio banale: i tatuaggi sulle mani li ho fatti verso i 17 anni (continua)



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

solo perché faceva “duro” e ti dà un distacco sociale tra te e il “buono”, crea una sorta di personaggio che in realtà non sei in quel momento, ma i tuoi strumenti sono quelli e quindi lo fai. Mi è successo di avere comportamenti che ora rinnego e ho dovuto fare cose bruttissime solo per avere un senso di appartenenza ed è qui che ho iniziato ad usare la maschera e a mostrare un lato di cattiveria che non mi appartiene. Poi ad esempio quando a me rode tanto, ho tanta euforia...gioco, rido e scherzo, ma dentro sto male e quindi è un modo di mascherare la mia sofferenza. Per me è molto complicato...non si tratta di maschera in sé per sé, perché né ho tante quindi la mattina mi sveglio, prendo le mie 10 maschere, le metto in tasca e le tiro fuori in base alla necessità. Forse l'unica volta in cui non indosso la maschera è quando provo sentimenti di amore, lì non riesco perché il bene e l'amore per me superano la necessità di avere una maschera, non ci riesco perché sto bene e non mi serve. Con mia sorella non la uso, non l'ho usata nemmeno con i miei genitori che mi hanno fatto del male, ma ora ho iniziato a indossarle anche con loro. Smetto di indossarle solo quando mi sento protetto”.



Giordano

“A volte bisogna passare per il dolore per stare meglio.

Io sono un controsenso...ora no, ma lo sono sempre stata. La mia prima maschera l'ho indossata dentro casa con i miei...qui dentro (a Villa Maraini) non mi sento mascherata, quanto meno non adesso, anche se all'inizio sì...ci sto lavorando tanto perché le maschere pesano tantissimo e mostri sempre ciò che non sei perché ciò che sei è fragile e non puoi regalarlo. Io mi sono sentita tradita da quando mi hanno messa al mondo e allora come faccio a fidarmi del resto? Se ci sono delle persone che sai non dovrebbero farti male sono i genitori e quando te ne fanno allora non sei più al sicuro e pensi di non starci da nessun'altra parte...finché non ti crei il tuo spazio, la tua casa, le persone giuste a cui mostrarti e allora la maschera cade. Per me ormai è abitudine far vedere che Martina ha due palle così e forse alla (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

fine ce le ho pure, però è sempre stato un atteggiamento per proteggermi...io volevo far paura, volevo avere un'immagine impattante perché così ti fermi lì e basta, giudichi la mia maschera e non me. Però alla fine posso dire? Si sta meglio senza perché poi anche le persone vicine approcciano in modo diverso. È come le copertine dei libri, se non ti piace magari nemmeno lo apri...se io ti faccio vedere la vera Martina e tu ti avvicini, ti stai avvicinando a me e non alla maschera. Io ho usato le sostanze come arma di aggregazione, ma non è mai quello ciò che mi interessa, io cerco la gentilezza e la delicatezza...io voglio stare comoda senza maschera. Ci si rende conto che ci si vorrebbe sentire accolti e invece è importante che siamo noi ad accogliere noi stessi”.

Martina



“Io ho sempre portato una maschera. Porto tanta rabbia e ira e in Venezuela sono riuscito a fare cose terribili. Sono stato cresciuto da 4 donne perciò non sono mai stato contro di loro. Per fortuna mi sono trasferito qui in Italia, ma non posso sfogarmi allo stesso modo...lì (in Venezuela) sono cattivissimi, ti ammazzano per qualsiasi cosa...giravo con le pistole da quando avevo 14 anni. Ho visto tanta gente morire davanti a me...porto quindi sempre una maschera per non far vedere quell'aspetto di me che potrebbe spaventare chiunque. La maschera è la mia difesa, nel senso che così proteggerò gli altri dalla mia violenza”.

Jesus



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

PAROLE IN CIRCOLO



La testimonianza di Jesus, così sincera e diretta, ha smosso gli altri utenti.

“Secondo me sei un uomo da violenza, ma non sei violento. Magari ti piace la violenza in generale, ma non faresti violenza”.

Giordano

“A me piaceva provocare violenza, far male agli uomini, ma mai alle donne”.

Jesus

“Tu parli dai 14 anni in poi...quella è un'età critica, un'età in cui sviluppi una certa linea di pensiero e formi il tuo carattere. Lì probabilmente la violenza era la tua normalità. Ad esempio se tu fin da bambino vedi i tuoi genitori usare sostanze, per te sarà la normalità e ti sentirai legittimato a farlo poi. Come nei quartieri malfamati in cui le persone fanno un certo tipo di vita perché conoscono solo quello”.

Giordano

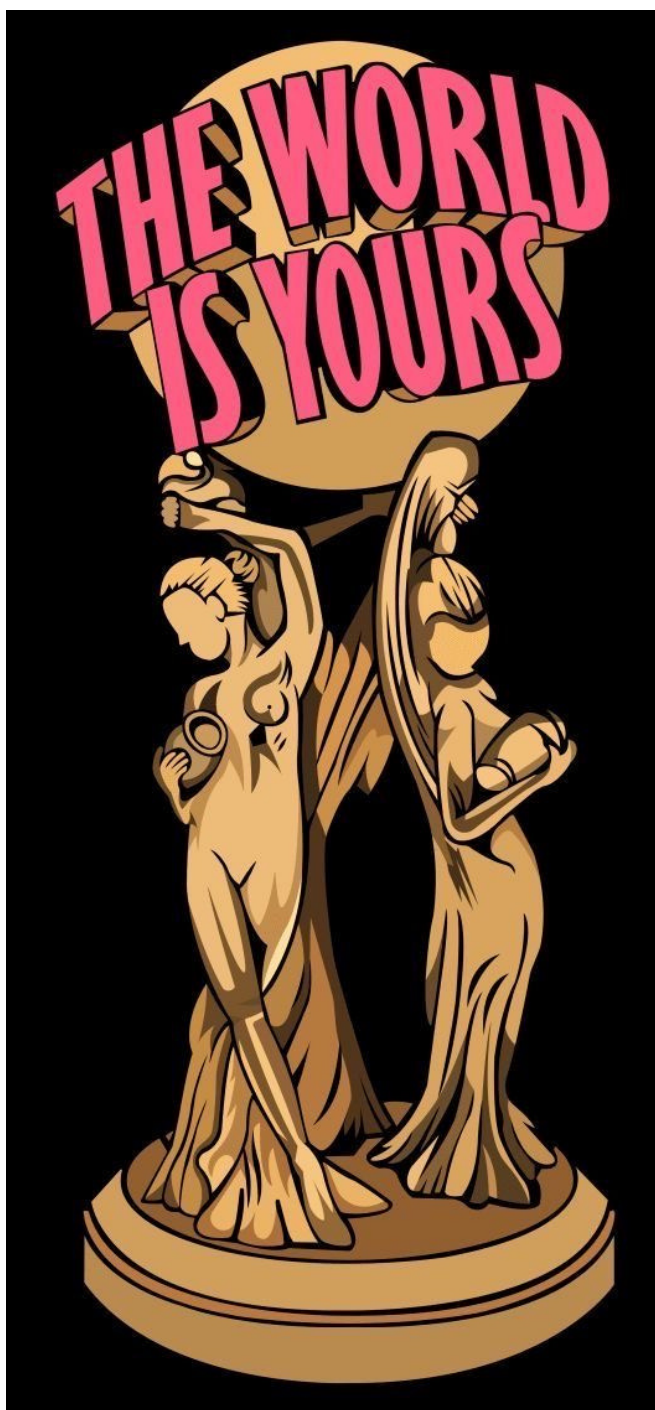
“Sicuramente dove sei cresciuto tu, (la violenza di cui parli) è quello che conta. Io sono stato cresciuto da mio zio che è un pazzo furioso, non posso permettermi di abbassare la guardia...la maschera la indosso solo quando mi fermano le guardie. Secondo me, più che di maschera, si tratta di corazza...la mia corazza è non essere debole, essere sveglio e vigile...si tratta di sopravvivenza, per me è un'importante autodifesa. Per il resto non mi interessa il giudizio altrui, tranne quando sono andato via da qui e non volevo tornarci perché ho fatto il panico, perché volevo che mi mandassero via da qui e che chiamassero la comunità...ci ho provato, ma non l'hanno fatto. Ci ho provato, ma qui non l'ho presa con il piede giusto e poi la vedevo sempre come giocare una partita a carte. In comunità invece la vivevo come “Vuoi essere carne o vuoi essere pesce?” Il peso è fermo su un punto, sei determinato, hai una disciplina, la carne invece te la mangi...Io ho fatto un uso spropositato perché tanto dicevo “ho fatto 30 facciamo 31”, ora invece mi dico “hai fatto 30? E ora facciamo 29,28,27...”. Io purtroppo sono cresciuto con la mentalità criminale, ma io non lo sono, io sono un coglione e basta, non faccio il criminale. Per questo sono arrivato al punto che penso di non aver mai indossato una maschera perché non ho problemi a far vedere come sono, la corazza invece la uso perché ho bisogno di proteggermi, come tirare fuori l'argomento di mia madre...non riesco a parlarne...la mia è una corazza”.

Anonimo

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

STORIE CHE MI SOMIGLIANO

Le storie che vediamo raccontate sullo schermo parlano anche di noi. Ci immedesimiamo in un personaggio, ci sentiamo protagonisti di un momento preciso della trama, ci sentiamo attraversati da un'emozione travolgente. Un film può diventare uno specchio, rappresentare un rifugio, trasformarsi in una rivelazione. Durante il laboratorio, ci siamo lasciati guidare dalle immagini e dai ricordi: abbiamo scelto un film che ci rappresenta e lo abbiamo usato per raccontarci.



“Scarface. Nel periodo in cui era uscito e andava di moda tra noi adolescenti, mi ci rivedevo perché ero affascinato da quella vita. È un film dove il personaggio principale scappa da un centro di comunisti e va in America e lì trova la sua strada. Anche se illegale, la sua strada si trasforma in un impero grazie alla sostanza. Lui era affascinato...io mi ci rivedo perché sono affascinato da quel mondo, quell'impero che si era creato ad esempio: lui stava dentro la vasca, guardava la tv, fumava il sigaro e dettava i compiti alle sue guardie del corpo. Però allo stesso tempo aveva una moglie che detestava questa vita ed era assuefatta da alcol e cocaina. Litigavano spesso e lui si rivolgeva a lei dicendo “tu che fai durante il giorno? Non fai altro che sniffare e bere, il tuo utero sarà così attaccato (dalle sostanza) che neanche un figlio potrà uscire”...ero affascinato da questa vita però ora, con il senno di poi e con l'essere diventato padre, non più. Non è un esempio da riportare a mio figlio, però in quel periodo della mia vita ero totalmente preso da queste cose. Ad oggi ho imparato che le cose semplici sono le più belle...l'amore che ti può dare un figlio è tutto...per me è diventato tutto. È mio figlio il mio film più bello ora. Anche se adesso dormo per (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

strada, prima di mettermi a dormire lo chiamo e per me è come se avessi visto un film”.

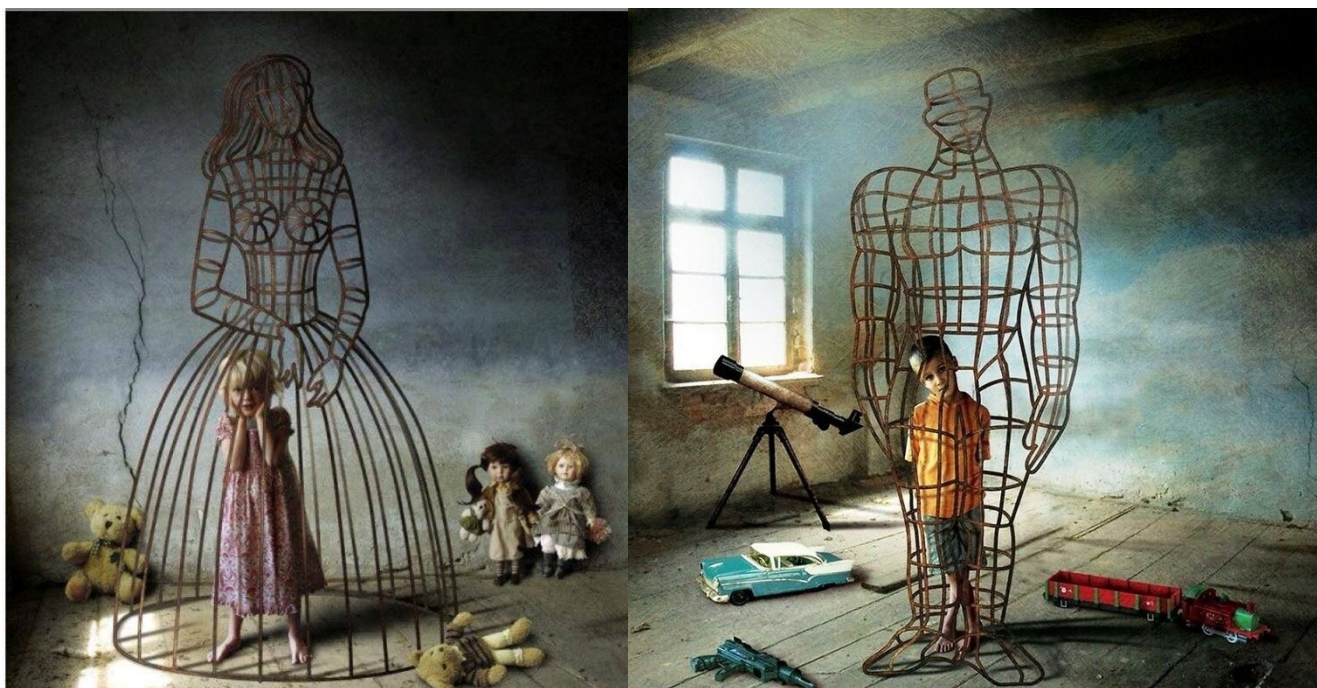
Emiliano

“(Rivolgendosi ad Emiliano) La cosa più bella che hai detto è che ora tuo figlio è il film preferito che guardi prima di addormentarti. Dice qualcosa di me perché nonostante, attualmente, non stia benissimo, le frasi che mi colpiscono di più sono quelle che mi dicono i miei figli, soprattutto quella di 7 anni...dice delle cose così vere e le sento così forti dentro di me, che penso non ci sia niente di più bello al mondo...poi però penso che non riesco a capire come ancora torno a fare le cavolate.

Il mio film è Pinocchio...mio figlio da piccolo lo vedeva 3-4 volte al giorno e lo sapeva a memoria. Il padre gli portava l'ovetto kinder e gli diceva “Valerio fai una fischiatina”. È il mio film perché dicevo delle bugie per proteggermi e nascondere il malessere, la dipendenza...bugie che ho detto ai miei figli e soprattutto a me stessa e ora come ora vorrei tanto che quella fatina mi dica “Vai Monia, adesso stai meglio”...e mi manca anche quella parte di me bambina che voglio ritrovare. Io ho due sorelle maggiori, mia madre doveva lavorare per forza, mio padre beveva e si drogava, quindi portava avanti tutto mia madre; io e mio fratello facevamo tutto per aiutarla...io a 9 anni ho smesso di essere bambina e anche la psicologa del SERD (Servizio per le Dipendenze) mi dice sempre di tornare ad accarezzare quella Monia bambina...e più lo dice e più mi rendo conto che è così. Mi rendo conto che mia madre non ha avuto una figlia facile e oltretutto se n'è andata presto per un tumore...soprattutto adesso mi manca come l'aria, anche se me la sento dentro...la mamma è la mamma, questo rende ancora più difficile il percorso. Io vi dico che non mollo, che lo voglio e ci devo riuscire, nonostante le ricadute. È dura eh...mia madre sapeva tutto di me, anche perché era lei la (continua)



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



mia confidente di vita e mi diceva sempre "Dove c'è quella cosa (la droga) non c'è amicizia, ma solo interessi e soldi...togliti da questa situazione, sei una bravissima mamma" e dopo la sua morte è nata un'altra mia figlia che si chiama come lei...non so se dentro mia figlia c'è una parte di mia madre, ma mi dice le stesse cose...dopo due mesi che stavo qui, si è accorta del mio miglioramento e mi ha scritto una lettera...una bimba così piccola che si rende conto di cose del genere vuol dire qualcosa.

Ho tanti pregi e difetti e so che sono propensa verso gli altri in modo naturale, ma non colgo le cose belle che faccio, non le rendo mie, ma le lascio subito andare...su di me vedo tutto negativo, mentre sugli altri riconosco sempre i traguardi. Mi colpevolizzo. Fin da bambina ho sempre fatto tutto e non ho vissuto la mia parte bambina e mia madre in punto di morte mi disse "Monia, tienili tutti uniti" e infatti i miei fratelli non mi mandano mai messaggi, sono sempre io a farlo e non capisco perché...però devo lasciar perdere. In colloquio con la psicologa mi accarezzavo la gamba e lei mi disse che è stato un gesto bellissimo perché delicatamente mi stavo accarezzando ed è giusto farlo perché non tolgo nulla a nessuno, ma è un bisogno che ho".

Monia

"Io ho capito dopo tanti anni che volersi bene è alla base di tutto".

Emiliano

Volersi bene vuol dire anche accettare quello che è stato...la nostra storia, la nostra famiglia, le nostre scelte. Contattare il nostro Io bambino/a, guardarlo/a amorevolmente, accarezzarlo/a e parlargli/le con gentilezza è uno dei primi passi per far pace, in qualche modo, con quella parte lì della propria storia... anche (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

se è stato pesante, difficile e doloroso e nonostante abbia potuto portarci a scelte non positive per la nostra vita. Volersi bene vuol dire, quindi, far pace con i nostri bambini e bambine interiori.

Vittoria, conduttrice

“Sì, è lì che qualcosa deve uscire fuori, dal mio essere bambina. Mia madre però l'affetto non ce lo ha fatto mai mancare...io sono una per la famiglia, anche se mio marito non è un bravo marito...è un bravo padre, però penso che, ad oggi, non si può più stare insieme solo per i figli perché voglio anche la mia felicità. Adesso che vedo tutto in maniera più lucida e mi voglio più bene, voglio essere amata e lui il padre lo può fare a distanza. Io però adesso voglio essere felice... io credo che l'amore sia una carezza, un abbraccio, un vediamoci un film insieme e poi andiamo a dormire. Per me ora è così e questo voglio. Prima di venire qua, ad esempio, sentivo che mi mancava l'affetto e venendo qui l'ho trovato. Stefano (un operatore del CPA) mi disse “Un abbraccio di una persona che non ti conosce, e quindi disinteressata, vale molto di più, ed ecco perché qui stai colmando questo affetto”. So che ho tante fragilità dentro dovute a quella bambina che è dovuta crescere troppo presto”.

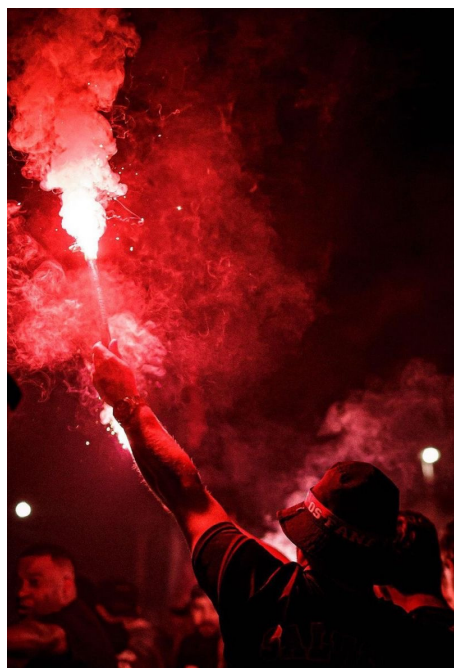
Monia

“Mentre sceglievo il film me ne sono venuti vari in testa e vedo una trasformazione nell'arco della vita. Il primo che mi è venuto in mente è Hooligans perché avendo fatto scontri allo stadio mi sentivo rappresentato. Dopodiché ho pensato a La ricerca della felicità...il sacrificio di un padre per l'amore di un figlio...ad oggi però, se devo rappresentare la mia storia, è Un ponte per Terabithia: un ragazzo di 11 anni che non viene considerato molto dalla famiglia, conosce una ragazza un po' emarginata e uscendo iniziano a giocare nel parco, si creano un mondo tutto loro che fanno diventare la loro realtà, un mondo fantasy dove combattono contro il male e dove si rifugiano per non stare a casa ed è un po' come ho fatto io. Le sostanze e l'alcool come rifugio da casa mia. Poi mi viene in mente Innamorarsi a Manhattan: la prima cotta di un ragazzo che si innamora di una ragazza e comincia a conoscere l'amore...l'amore adolescenziale, ma anche drammatico perché piangi a dirotto, soffri e ho pianto anch'io, mi sono immedesimato perché ero adolescente e avevo la stessa età dell'attore. Poi anche perché ho sempre cambiato casa, mi sentivo sballottato di qua e di là senza riuscire nemmeno a costruire amicizie perché dovevo subito rispostarmi, come la ragazza del film. Ora non so se mi sento a casa, non so dov'è la mia casa, ma perché casa per me è una sensazione, una sicurezza e non un luogo...nessun posto ad oggi è casa, ma forse casa sono io. Per me casa è sempre stato un luogo, ma facendo questo percorso mi sono sentito spiazzato perché la mia casa non la sentivo casa e mi sentivo disorientato e ho capito che casa non è da nessuna parte, ma casa è una sensazione, la sensazione di essere io la mia casa...forse perché ci sto bene adesso, sento una sensazione di benessere che mi sto portando dietro da un paio di (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

mesi...ora sono 8 mesi che sto qui e i primi 5 mesi sono serviti a spalare merda e poi quando non hai più da tirare fuori, inizi a trovare le soluzioni. Ora sono nella fase del "perché", come un bambino di 5 anni...e lo sto facendo in ogni situazione, in ogni difficoltà e fragilità e il bello è che non mi serve un'altra persona per trovare le risposte, perché me le sto dando da solo e questo mi porta a chiedermi più "perché"...mi porta a lavorare su me stesso, a spronarmi da solo e questo mi dà sicurezza per affrontare il futuro...perché poi nella vita non sai mai cosa ti può capitare...un po' come i cioccolatini di Forrest Gump no? E questa sicurezza che sto acquisendo mi darà forza per esaminare situazioni spiacevoli vissute...anche adesso che mi sono successe cose spiacevoli e mi sono fermato a pensare cosa fosse successo, perché mi sentissi in quel modo, cosa posso fare per me stesso invece di pensare alle sostanze. Come sapete a breve inizio l'accoglienza alla comunità e quindi questo vuol dire che ci sto riuscendo, sto raggiungendo l'obiettivo e ho capito che sta andando così perché sono io che lo sto facendo, sono io che sto facendo andare le cose in questo modo e non perché capitano e basta. È un periodo di soddisfazioni e più arrivano e più ne voglio, è un periodo di serenità e sto riuscendo ad accettare tante cose come la tossicodipendenza dei miei... non dipende da me e arrabbiarmi per cose che non posso cambiare è inutile. Farsi aspettative che non combaciano con la realtà non ha senso, io mi sto costruendo la mia vita".

Giordano



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Seven. Tratta di due detective che si occupano di alcuni omicidi commessi da un serial killer... racconta dei sette peccati capitali. Ad esempio la “gola”...il killer ingozza la sua preda finché non gli scoppia lo stomaco e muore. Per la “superbia” sceglie una modella, la deturpa, le dà la possibilità di scegliere tra il chiedere aiuto (telefono) o uccidersi (veleno), ma essendo superba decide di uccidersi. E poi “l’ira”, in cui mi rispecchio perché ne sono pieno...con l’abuso di alcool esce da sola, senza che io riesca a gestirla e la cosa mi spaventa. Quello che ho notato è che la mia mente è rappresentata dal film. L’assassino studia bene le sue vittime e sa che il detective giovane soffre di ira, perciò uccide sua moglie incinta e gli spedisce in una scatola la testa, mentre lui viene impossessato dalla rabbia. La rabbia che ho, penso sia ricollegabile alla mia famiglia, non so...ho provato a indovinare...sarà che ho accumulato tutto, non ho mai parlato con nessuno, mai andato in terapia, mai chiesto aiuto, ho sempre fatto tutto da solo”.

Jesus





LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

PAROLE IN CIRCOLO



Parole in circolo tra Monia e Jesus che si confrontano sul loro personale meccanismo nei confronti dell'alcol. Di quanto possa essere un'arma a doppio taglio. Ci illude quando pensiamo sia la soluzione nei momenti di ansia e difficoltà, ci ferisce quando ci fa sentire in colpa e arrabbiati con il mondo.

"L'alcool ti fa venire rabbia".

Monia

"Anche da sobrio, solo che da sobrio scelgo quando farla uscire e da ubriaco no, esce da sola. So che non sembro così, però ce l'ho da talmente tanto tempo che per me è normale. Io bevo soprattutto quando sento ansia, sento un buco nell'addome".

Jesus

"È vero che l'alcol calma l'ansia e anch'io bevo quando ho un marasma dentro e allora mi passa. A volte se bevo mi calmo, ma altre volte mi esce una rabbia incontrollata che rispondo malissimo e vado nel pallone totale con chiunque. Non alzo le mani, ma perdo il controllo nel rispondere".

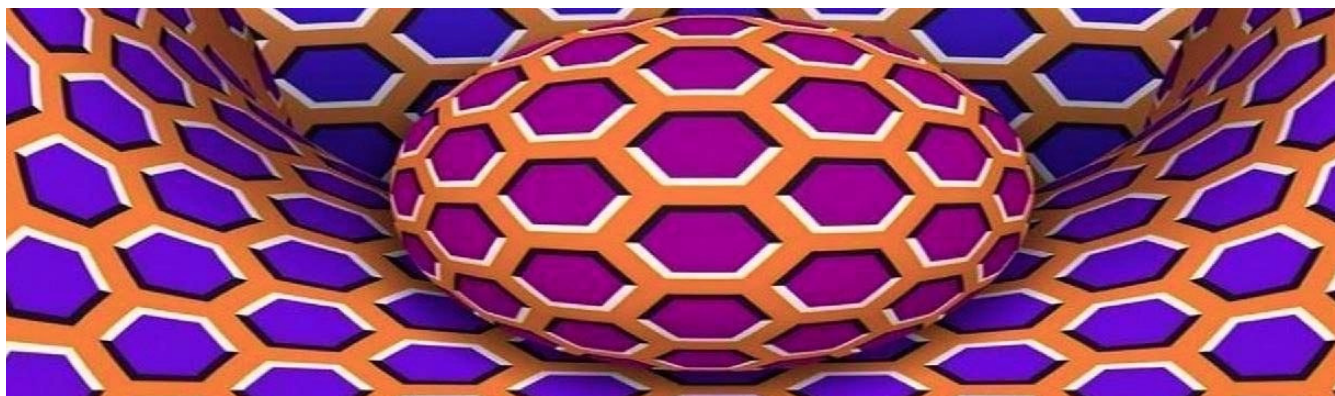
Monia

"Ieri ho avuto una ricaduta, mi ha chiamato mia sorella per parlare e mi è venuta l'ansia e subito dopo la rabbia. Ogni volta la mia famiglia mi chiama non per sapere come sto, ma solo per dire che c'è qualcosa che non va bene...ho una famiglia complicatissima e mi sono allontanato il più possibile, ho attraversato l'Atlantico, ma non è servito a nulla".

Jesus

"L'alcool ti leva la dignità, tocchi il fondo ed è un mostro grande...su questa dipendenza sono molto più impaurita rispetto a quella delle altre sostanze".

Monia



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

LA NOSTRA VOCE, I NOSTRI COLORI

Ogni opera è una voce, ogni colore è un frammento di vita. “La nostra voce, i nostri colori” è la mostra delle opere create dagli utenti del CPA, durante il laboratorio di Arteterapia, a cura di Federica (conduttrice del laboratorio). Un’esposizione che non è solo arte, ma anche espressione autentica di chi siamo.

Per alcuni, è stata una grande soddisfazione poter mostrare il proprio lavoro: l’entusiasmo di vedere riconosciuto l’impegno e la bellezza di ciò che si è riusciti a creare. Per altri, invece, è stato un momento più delicato: si sono sentiti visti, sì, ma forse troppo. I complimenti ricevuti — seppur sinceri — hanno fatto risuonare il timore di essere letti solo in superficie, come se la forma estetica dell’opera avesse messo in ombra il contenuto emotivo, profondo, che invece si voleva comunicare.

La mostra ha raccontato la forza e il coraggio di chi ha scelto di mostrarsi, ognuno a suo modo, nel linguaggio silenzioso, ma potente dell’arte.

“Io sono riuscita a portarla a termine nonostante le mie giornate non buone...anche se sono stata agitata per una cosa non buona che ho fatto e quindi poi mi è dispiaciuto non godermi la mostra. Perciò nonostante l’agitazione ho voluto terminarla, ma mi sarebbe piaciuto godermela davvero e invece è stato solo un’istante...se la mostra fosse partita da oggi, io sarei stata totalmente presente. Rispetto agli altri, dico che ieri sono stata meno rispettosa di quanto in realtà sono e questo mi dispiace tantissimo, ma ho bisogno anche del mio spazio e questo è il momento mio, perciò mi sto proteggendo”.

Monia



“Io pure come Monia...mi è dispiaciuto perché avrei potuto fare meglio e non è stato così...vederlo comunque realizzato però mi è piaciuto perché ho visto le persone che guardavano e la sensazione che mi è arrivata è che è piaciuta a tutti e ho visto l’interesse degli altri”.

Anonimo

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Ad esempio a me Giovanna (un’operatrice del CPA) mi ha fatto 700 complimenti...ho fatto un paesaggio attraverso le sbarre visto dal carcere e un giardino “marziano”. A me la mostra ha riempito di gioia e mi ha dato l’idea di essere salito su un podio, è stata come una vittoria, una soddisfazione, come se fossi al primo posto...hanno mostrato entrambe le mie opere. Ho sentito di aver vinto sul fatto che non avrei mai creduto di portare a termine un lavoro, tant’è che ho detto a Fede (la conduttrice del laboratorio di Arteterapia) “ma chi ha scritto ste frasi?” e lei mi ha detto che sono stato io a dire quelle frasi, ma ero così preso che me le sono dimenticate. Il giardino “marziano”, ad esempio, significa che dove (apparentemente) non può più fiorire nulla, invece fiorisce e nasce qualcosa...



il mondo delle sostanze è quel posto dove non può fiorire nulla. Poi ho accompagnato il Dott. Barra a braccetto e ho sentito gratitudine, perché mi sta aiutando anche per il posto letto...e inoltre sento che sono fiorito in questo giardino e che non sono stato etichettato come tossico perdente, ma vincente...mi sono sentito realizzato moltissimo, oltre alla sostanza c’è un altro mondo, un mondo a colori...drogato di lucidità”.

Emiliano

“Penso che ognuno di noi è stato soddisfatto...io mi sono ispirata alla copertina di un libro che parla di una persona che soffre, ma poi rinasce e addirittura torna nel posto in cui aveva mancanze, tornando alle sue origini. L’ho collegato al pensiero di tanta gente che non ha una casa, mentre io sono fortunata ad averla e ad avere chi mi accetta nonostante tutto e voglio metterci dentro una felicità non altalenante...che abbia un equilibrio che porti a stare bene, all’accettazione e a costruire ciò che ora mi manca (famiglia, dare l’amore, concentrarmi su di me e non su gli altri senza essere dipendente da ciò). Ho sempre avuto una dipendenza in amore...ho un fratello di 6 anni che potrebbe essere mio figlio e questo amore è puro totalmente e quindi voglio donare l’amore che ho senza che venga (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



mutato dalle sostanze che ti fanno essere diverso. Ripenso, ad esempio, alla mia passata relazione che era incentrata su di lei che era la mia droga...e ieri quindi è stato come tirare fuori qualcosa di mio che ora vedono anche gli altri. Spero abbiano visto la mia felicità...è stata una giornata che ci ha buttati nella dimensione creativa e da questo posso portarmi a casa il poter continuare a fare cose creative, oltre a ciò che faccio nel quotidiano...la creatività che ho dovuto sempre reprimere...avevo un abisso intorno perché i rapporti che avevo non erano fatti di reciprocità, avevo paura di fare del male e subirlo e invece voglio impegnarmi su chi davvero ci tiene a me”.

Anonimo

“Da spettatore ho trovato molta felicità e ho visto un momento di condivisione molto forte. Mi è piaciuto guardare le opere, soprattutto quella del cane perché amo gli animali...ho un cane cucciolo che sta facendo i danni a casa e la sto crescendo insieme alla mia ragazza e stare con lei è la cosa più forte che mi sta distogliendo dalle sostanze. È stato un bel momento...se partecipassi ad una mostra per esprimere la mia voce, non so bene ora cosa rappresenterei, ma probabilmente andrei su piramidi, occhi...insomma studio e comprensione delle altre realtà. Sarebbe una mostra che parlerebbe del mio lato un po' curioso di realtà diverse da questa”.

Marco

“Io c'ero, i disegni mi sono piaciuti molto però non sono riuscito ad entrare perché io mi tengo un po' isolato dagli altri...è difficile per me stare con troppe persone tutte insieme, è il mio carattere”.

Karim

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Nella mostra ho visto un’opera che mi ha commosso in cui mi sono rispecchiato perché c’era un’idea, ho ritrovato parte della mia realtà recente e la scelta di inserirmi qui (a Villa Maraini)...era il lavoro di Jesus legato al sacrificio più grande per salvarsi e per salvare la persona amata e questo ha una eco con la mia scelta e non mi aspettavo di trovare qualcuno che avesse passato la mia esperienza”.

Remo

“Se tornassi indietro forse non la rifarei e non parteciperei...tendo sempre ad esagerare mettendomi troppo a nudo e poi ci ripenso e sento di averlo fatto con la mostra. Ad esempio, la didascalia delle mie opere diceva troppo di me. Sono partita ieri mattina che avevo dimenticato alcune cose e sono tornata indietro a riprenderle perché c’è la voglia di condividere e farmi conoscere, poi invece una volta che sono lì sul tavolo (a disegnare durante il laboratorio) mi sento violata perché mi espongo troppo. Tornassi indietro non penso avrei esposto nulla...io sono sempre al 50% nelle cose, non riesco a trovare la mia misura, un modo di esprimere me stessa che sia funzionale...mi butto e poi effettivamente quando le cose le fai con il cuore, come le opere di Emiliano o di Remo, ci metti del tuo e quando lo fai la cosa arriva...quindi tutta questa gente a guardare le mie cose...non lo so, mi sono sentita un po’ invasa. Io ad esempio le avrei esposte in modo anonimo, non avrei messo la firma. Io ho questi sdoppiamenti, da una parte voglio essere valorizzata, ma dall’altro ho bisogno di proteggermi un po’ e spero sempre che qualcuno dalla mia esperienza possa farci qualcosa...c’era tanto di me dentro e c’era troppo per metterci la faccia. Io ora come ora faccio vedere un malessere e so che cambierà perché è già in cambiamento, però in questo momento per me il cambiamento è pesante.

Per me diventa pesante quando mi fanno un complimento perché non sono in grado di gestirlo...io conosco le mie potenzialità e so che quando mi metto in qualcosa che mi riesce, so che arriva e so che rende...però è diverso il bello che puoi trovare nel giardino marziano di Emiliano rispetto al mio cane colorato, perché è come se la gente si sentisse in dovere di dirti che è bella perché, obiettivamente, è esteticamente bella. E allora per me un complimento diventa una presa per il culo, perché diffido sempre...e per me l’opera non era il cane in sé, ma ciò che c’era scritto sotto, nella didascalia. Vorrei che passasse non la mia apparenza, ma la mia sostanza, ciò che ho dentro. Il cane per me rappresenta tante cose, la mia vita, il mio lavoro e dietro c’era molto di più, anche le etichette no? Nel dire “quello è bello e quello è brutto”, mentre il cane non utilizza etichette...vorrei venissero sdoganate un po’ di cose, ma in generale io per prima cerco di non mettere etichette, anche se è normale che ci si possa cadere, ma provo a non farlo almeno. Adesso che ho potuto dire qualcosa in più rispetto a ieri, va un po’ meglio”.

Martina

Il cane

I primi di noi che si avvicinarono agli uomini lo fecero per bisogno ed e' curioso pensare che inizialmente fummo noi a sfruttare gli uomini e non viceversa. I nostri antenati ancestrali usavano l'uomo per il cibo e il calore del fuoco.

Man mano gli uomini hanno iniziato ad addomesticare noi cani. Siamo stati ingannati dall'uomo. Quel cibo, inizialmente donatoci in amicizia e condivisione e' divenuto uno strumento per ottenere qualcosa in cambio. Il nostro primo lavoro e' stato proteggere le greggi dai lupi, essenzialmente nostri simili, e per cosa? Per le necessita' dell'uomo, che in cambio ci lanciava gli avanzi del suo pasto.

E' passato tanto tempo e l'uomo ci ha usati in mille modi, guide per i ciechi, caccia, pastorizia, guardia, difesa personale, servizi militari, e questo quando va bene.

Oggi le persone piu' "civili" ci posseggono come compagni solo per combattere la solitudine o per sostituire l'amico o il figlio che non hanno. L'uomo e' perfino riuscito a farci incattivire sfruttandoci come giocattoli, facendoci combattere tra di noi per soddisfare il suo sadismo.

Usano il termine cane per descrivere un uomo di merda.

Usano il termine cagna per descrivere una puttana.

Io, cane, che sono l'essere piu' fedele che esista.

Io, cagna, che sono la madre per eccellenza.



clj 14.03.2025

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

ARNICA

Arnica è una pianta che cresce nelle Dolomiti e lenisce il dolore. Gio Evan, nella sua canzone-poesia, ne fa una metafora potente: la trasforma in un simbolo di sollievo emotivo, di cura per le ferite invisibili che tutti portiamo dentro. Ognuno ha bisogno della propria arnica, qualcosa che possa alleviare il peso delle ferite, che spesso non si vedono.

La sostanza è spesso stata la risposta immediata, ma è davvero l'unica? Gli utenti si sono interrogati sul proprio modo di trovare sollievo, quando la vita graffia, e hanno dato voce, cercando un'alternativa, a ciò che li consola, li cura e li protegge.

E sbaglio ancora a vivere e non imparo la lezione
Prendere in tempo il treno, e poi sbagliare le persone
E sbaglio ancora a fidarmi a regalare il cuore agli altri
Che poi ritorna a pezzi curarsi con i cocktail e fare mezzanotte e non risolvere mai niente

Cerco un amico per un buon tramonto insieme
Voglio arrivare all'alba e dire dai di nuovo
E voglio farmi scivolare il mondo addosso
E non scivolare sempre io
E volo con la testa tra le nuvole
Ma vedessi il cuore quanto va più in alto
E non voglio dimenticare niente
Però fa male ricordarsi tutto quanto
Le corse lungomare
Nuotare fino a non toccare
L'ansia di non fare in tempo
Coi regali di Natale
Lo sguardo di mia madre,
quando pensava che questa volta non ce la potessi fare
Le partite sulla strada
Fare i pali con la maglia
Restare accanto
A chi non ce l'ha fatta
Le prime cicatrici
Gli amori mai finiti
Le nottate a casa soli o ubriachi con gli amici
Per poi dire cosa quanto ha fatto male
Eppure non riesco a rinunciare
Per poi dire cosa quanto ha fatto male
Eppure lo voglio rifare
E portarmi una primavera prima che appassisca



(continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

Davanti all'estate di tutti
Così esile che la tormenta
Mi confonde con un panno steso al vento
E cerco un posto dove poter fare il debole
Amici buoni per smezzare una tempesta
'Che' l'amore si scopre solo in mezzo al temporale,
ammiro i vostri punti fermi ma ho bisogno di viaggiare
E volo con la testa tra le nuvole
Ma vedessi il cuore quanto va più in alto
E non voglio dimenticare niente
Però fa male ricordarsi tutto quanto
Le corse lungomare
Nuotare fino a non toccare
L'ansia di non fare in tempo
Coi regali di Natale
Lo sguardo di mia madre,
quando pensava che questa volta non ce la potessi fare
Le partite sulla strada
Fare i pali con la maglia
Restare accanto
A chi non ce l'ha fatta



Le prime cicatrici
Gli amori mai finiti
Le nottate a casa soli o ubriachi con gli amici
Le corse di mia madre per fare in tempo a scuola
Sognare ad occhi aperti
L'estate senza soldi
L'ansia degli esami
Ma che festa il giorno dopo
La faccia di mio padre
Quando andava a lavoro
Le volte in cui pensiamo che andrà tutto male
I viaggi con chi ami
Sì ma i sogni a puttane
Le prime delusioni
Perché i baci finiscono
Le nottate a casa con gli amici
A dire resteremo uniti
E poi dire cosa quanto ha fatto male
Eppure non riesco a rinunciare
Per poi dire cosa quanto ha fatto male
Eppure lo voglio rifare

Gio Evan

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Per come la vedo io è come se tutta la canzone fosse l’arnica, la cura, il fatto di elaborare le cose. Io l’ho vista così”.

Martina



“(L’autore) la usa in maniera metaforica. Ho sottolineato il primo paragrafo perché me lo sento addosso...sbaglio sempre a fidarmi delle persone...mi fido pienamente ed è sempre stato così, ho preso tante botte e comunque ho sempre dato tantissimo e ora la cosa però deve cambiare, perché poi mi accorgo che ciò che dò agli altri non l’ho mai ricevuto...anche in questo momento ho verificato che solo due persone mi chiamano, ma un’altra cosa che devo imparare a fare è farmi scivolare il mondo

addosso...questo pezzo è importante, ho sempre regalato il cuore agli altri e mai a me stessa e ora è il momento di farlo. La mia arnica può essere imparare a mettere dei confini, saper dire di no perché finora non ci sono mai riuscita. Io sono una persona che proprio di mio si dà agli altri, ma ho capito che anche se ho delle cose devo imparare a dire dei no, soprattutto qui dove dobbiamo tutti curarci. Come dice lui (Gio Evan) devo imparare la lezione e questo è il momento giusto per farlo”.

Monia

“Le frasi che ho sottolineato sono: *E non voglio dimenticare niente però fa male ricordarsi tutto quanto.*

L’ansia di non fare in tempo coi regali di Natale.

Le partite sulla strada, a fare i pali con la maglia.

Per poi dire cosa, quanto ha fatto male eppure lo voglio rifare.

Non voglio dimenticare tutto quanto, anche se fa male, perché ti dà modo di essere preparato per affrontarlo; mentre l’ansia dei regali di Natale fatti in ritardo è sempre stata una cosa mia. Fare un regalo è una cosa che mi piace fare, mi piace il gesto del dare senza necessariamente ricevere; le partite sulla strada mi ricordano quando ero ragazzino; l’ultima frase invece, anche se ho sbagliato e ho fatto male inconsapevolmente, vorrei rifare tutto, anche gli sbagli, così da imparare la lezione e rifarlo in modo consapevole. Io rifarei tutto quanto, dò tanti significati agli sbagli... l’errore non solo come fatto accaduto, ma come opportunità per capire (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

quando è stato fatto e prenderne consapevolezza. Sai che penso? Che se metto questa pomata (l'arnica) mi fa pensare che il dolore si allevia, ma in realtà poi non è così, il dolore resta. Sarò sincero, questo contesto qui (il CPA) lo sento come una cosa nuova per me, prima non l'avevo mai affrontato. Per me è un ambiente di dolore reciproco, per chi più e chi meno, e alla fine ci sopportiamo tutti quanti anche se siamo di passaggio. Vorrei buttarle giù queste mura. È stato utile questo passaggio perché se fossi stato a conoscenza di questo posto qualche anno fa, sarebbe stato diverso credo, sarebbe andata in un altro modo. Per me l'arnica, invece, qui, è un amplificatore di dolore”.

Francesco T.

“Ho sottolineato: *Consapevolezza che ti riporta indietro agli sbagli fatti*. Fa male perché ripensi a ciò che hai perso...perché l'ho fatto? Perché sono arrivato così in basso...però in realtà non vuoi dimenticarlo perché l'errore deve essere costruttivo per non ricadere di nuovo, ma allo stesso tempo fa male”.

Andrea P.

“Uguale identico ad Andrea... riguardo gli errori fatti in passato, avrei potuto prendere un'altra decisione e fare un'altra vita, invece di arrivare a curarsi ora. E poi *le notti a casa soli ubriachi con gli amici*...la vedo come una metafora di benessere e di divertimento con gli amici, invece poi a casa, solo e ubriaco, sei molto triste. Tante belle serate, ma anche tante brutte. Quando stavi con gli amici era sempre bello poi però poi da soli si stava con se stessi e ubriachi. Come quando sono caduto un anno fa...se non avessi fatto un cambio di direzione mi sarei frantumato...ho la voglia di un amico per un tramonto insieme, perché arrivati a questo punto è difficile”.

Pierluigi



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



“Io lui (Gio Evan) l’ho ascoltato tantissimo “le nottate a casa soli o con gli amici” è la stessa cosa ragazzi...sono persone sole che comunque non stanno condividendo niente con te...in quel momento sembra, ma non è così. Io niente feste, chiusa in casa da sola...devo stare tanto in confidenza per condividere quell’aspetto (la droga) e allora poi quelle persone le ho reputate amici e loro lo stesso con me, ma in realtà non era così...penso che questo sia un testo da poter sottolineare tutto. Quello che mi ha toccato tanto è “lo sguardo di mia madre”...io sono sempre stata guardata come una causa persa...tanto ormai non ce la può fare...e così anche i miei lo pensavano. Sono rimasta sola, senza l’appoggio di nessuno...qualcuno si è riavvicinato adesso, ma adesso è facile e io non ti faccio riavvicinare ora solo

perché sto meglio...io ora sto concedendo ai miei l’illusione di darmi una mano, ma la cosa che fanno è portarmi da mangiare e stendere le lavatrici...in realtà la mano me la sto dando da sola e a loro sto concedendo solo l’illusione. Ma io non voglio niente da nessuno e mi dà fastidio anche. Io, stando qui, posso distaccarmene, a casa no...mettono la testa sotto la sabbia e io glielo dico...ma tanto non ha senso nemmeno che io la punisca (mia madre) così. I miei bevono da quando sono ragazzina e non escono da questo loop, allora mi chiedo “ti da soddisfazione portarmi la spesa? E allora portamela” la prendo per com’è, però mi girano le palle e poi c’è sempre questo cliché che i genitori ti devono stare vicino, ma perché? Nel momento in cui sono stata lasciata sola...lo sguardo di mia madre quando vedeva che non ce la facevo, non posso scordarlo...però oggi la prendo come una spinta...voglio prenderla così, un po’ come un palliativo, una rivalsa personale...e sembra stupido dirlo, perché le cose si fanno quando serve farle. Io ho bisogno di stare in pace e questo sto iniziando a capirlo, sto iniziando a mettere dei paletti...ora vado via di casa così mi tolgo anche mio padre, che entra in casa di notte a cercare l’alcool in cucina e sono mesi che dormo con il martello sul comodino perché non è più fattibile. Ho capito che devo curarmi da sola e lo farò da sola, però è frustrante quando sai che c’è una persona che non solo non ti ha aiutato, ma ti ha fatto anche gli sgambetti...e poi vedi pure l’atteggiamento di compassione, quasi, nei tuoi confronti...mi fa arrabbiare. Ora non sento questa cosa addosso, però l’ho sentita, adesso non glielo concedo più, anche perché mentre la nave andava affondo, hanno tirato i remi in barca e ora vogliono tornare...ora è più semplice però. La nostra famiglia da fuori viene vista sempre come perfetta, anche se io vengo vista, invece, sempre come la figlia matta...solo qui mi credete, fuori da qui nessuno”.

Martina

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Questa canzone dice così tante cose che è piena...la devi memorizzare bene...*curarsi con i cocktail*...eh, perché? Perché stai male...sarebbe bella una vita senza cocktail, droghe, ma non è possibile perché quando hai lacune, cose familiari in cui sei nato e hai genitori così, vai dall'altra parte...sei giovane, non hai esperienza, ti fai una canna e ti diverti, ma ridi per finta...uguale con l'alcool, devi berlo perché è un modo come un altro per condividere con le persone però fa veramente male. Adesso lo fanno tutti (il bere)...quando bevi è perché stai assumendo la sostanza per anestetizzare i dolori...infatti lui (Gio Evan) parla di arnica non come pomata, ma parla dei suoi dolori, ciò che ha vissuto, quello che poteva fare e non ha fatto. La mia pomata sono state tante cose: cocaina, eroina, acidi, ma ora che non sono più queste cose, soffro in silenzio e cerco di andare avanti e penso che il domani sarà un giorno migliore. Sto nel dolore”.

Nando

“*Curarsi con i cocktail (...) e non risolvere mai niente*, perché fai uso, poi torni a casa e senti il pentimento. Sono venuto qui dopo una serata in cui ho fatto uso di tutte le sostanze che potevo fare e poi mi sono sentito una merda, perché dovevo tornare a casa da mia moglie e i miei figli. Curarsi in questo modo non ha senso, ti senti invincibile, ma poi ti accorgi che sei solo un puntino su una mappa, che non conta niente...poi fai stare male chi ti vuole bene, anche per anni. *Le corse di mia madre per fare in tempo a scuola*...davvero lo facevamo, ci svegliavamo sempre tardi e mi manca...quando sei piccolo dici sempre che vuoi diventare adulto, ma poi ci arrivi ed è il contrario...mi manca essere piccolo ed essere spensierato. Ma anche quando dice che *le estati senza soldi*...ma sai quante ne ho passate ed era bellissimo...e poi? Quante ne ho sprecate con le sostanze. E allora questo voglio ritrovare. L'essere bambino, spensierato e tranquillo...cosa che non faccio da 20 anni...non riesco più a divertirmi senza sostanze.

Mia figlia sa tutto di me e sa che sto qui ed è contenta per il fatto che sto qua, ma è così diversa da me...non capisco come ho fatto a far uscire una figlia così intelligente e sensibile...io le ho fatto un sacco di male, che magari nemmeno se lo ricorda però io me lo ricordo...mi ricordo tutto”.

Jacopo



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 CPA..

Tutti i contenuti sono stati proposti e condivisi dagli utenti del CPA, 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 novembre. 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