



## LETTERE E INTERVISTE

- Il CPA: un nuovo inizio per tutti.
- Siamo tutti facce della stessa medaglia.
- Cosa c'è dietro la tossicodipendenza?

## ARTE E TALENTI

- 90 minuti di pace.
- “Io sono quello che ho amato, io sono le mie canzoni”.

*e molto altro...*

## Indice

<b>Il CPA: un nuovo inizio per tutti.....</b>	<b>3</b>
<b>Siamo tutti facce della stessa medaglia.....</b>	<b>8</b>
<b>Cosa c'è dietro la tossicodipendenza?.....</b>	<b>13</b>
<b>“Io sono quello che ho amato, io sono le mie canzoni”.....</b>	<b>16</b>
<b>La resilienza di chi ce la fa.....</b>	<b>19</b>
<b>La resilienza di chi ce la fa - pensieri in orbita.....</b>	<b>20</b>
<b>90 minuti di pace.....</b>	<b>23</b>
<b>Non mi avete fatto niente.....</b>	<b>25</b>
<b>Ringraziamenti.....</b>	<b>27</b>



## *Il CPA: un nuovo inizio per tutti*

“Io prima del CPA non sapevo dove sbattere la testa. Se non ci fosse stato questo punto di riferimento, io non avrei saputo dove mettere i piedi e la mente. Ricordo che chiesi aiuto alla mia dottoressa che tempo fa lavorava con le tossicodipendenze. Grazie a lei sono venuto qua, ho fatto un colloquio e pian piano sto mettendo la testa a posto, anche se ho ancora tanto da fare. Prima di venire qui non ero stato da nessuna parte. Ho scelto Villa Maraini e ora sto qui. Ho incontrato Marco qui dentro per primo; gli ho chiesto ‘dov’è Villa Maraini?’ e lui mi ha accompagnato qui. E questo mi fa capire che qui veramente ti accompagnano. Sono contento di stare qui perché ho trovato un bel gruppo, persone con cui posso parlare di tutto. Sto bene con loro e ho la calma mentale. Questo è quello che il gruppo mi trasmette: tranquillità. Parlo con loro e sto bene. Oggi sono anche andato al SERT e mi sto attivando per iniziare un vero e proprio percorso terapeutico dopo anni e anni di alcolismo”.

*Pino CPA*

“Per me questo gruppo è diventato una famiglia per quanto stiamo costruendo. Ad esempio, gli operatori hanno visto che siamo pronti addirittura a gestire dei gruppi tra di noi. Stiamo ricevendo fiducia dagli operatori. Giorno per giorno vediamo che la gente entra a far parte di questo gruppo e questo significa che diamo tranquillità perché scherziamo e non prendiamo in giro gli altri. Prima c’era l’educazione e basta, mentre adesso ci fermiamo a parlare. Vedo persone che prima non parlavano che ora parlano senza bisogno di un tramite. Questo perché facciamo tutti parte dello stesso gruppo. Certo, ci sono persone con cui vai più d’accordo e altre con cui vai meno d’accordo, ma nessuno viene escluso. Anche nei gruppi che facciamo con gli operatori qualcosa è cambiato: adesso, quando dobbiamo parlare, attendiamo il nostro turno.

*(continua)*

Un'altra cosa bella è che da quando si sta creando questo gruppo, non abbiamo mai pensato alla droga. Abbiamo pensato a farci una passeggiata, a prenderci un gelato, a metterci seduti... ma non abbiamo mai fatto una battuta sulla droga. Quando siamo insieme, parliamo di tutto. Ci baciamo, ci attacchiamo, scherziamo con voi, ma non parliamo di droga.

**Qui ti senti te stesso, non utente”**



*Adamo CPA*

“Il 2 aprile, dopo anni in cui mai ho chiesto aiuto perché credevo che non servisse, ho fatto delle stronzate gravissime e finite quelle stronzate, ho capito che avevo bisogno di aiuto. Mi sono recato al camper, ho conosciuto Maurizio e quel giorno stesso, fatto di cocaina, Maurizio ha chiamato e mi ha fatto entrare. Non conoscevo nessuno qui a parte Adamo. Eppure mi sono sentito spaesato solamente quella sera. Il giorno dopo mi sono svegliato e ho avuto un abbraccio dalle persone del CPA e si è creato un gruppo unito che, al di fuori della famiglia di sangue, è una famiglia di persone di vita. Ad esempio, ieri per scherzare ho detto a uno dei ragazzi *‘sto sul 20’* e lui mi ha detto *‘vieni a Villa Maraini o ti stacco la capoccia’*. Voglio ringraziare Villa Maraini per questa famiglia che mi ha fatto incontrare, per l’occasione che mi ha dato e **per come forma le persone**. Per motivi giudiziari ora mi arriveranno le condanne, ma quando passerò a SPOT spero di trovare tutto questo anche lì. Ma vedendo come lavorano gli operatori, i volontari sono certo che troverò tutto lì. E ringrazio questo laboratorio per lo spazio che mi sta dando”.

*Cristian CPA*

# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Mesi fa ero qui e quando sono tornato qui, ho trovato questo gruppo molto affiatato. Qui abbiamo un’occasione unica di essere un gruppo, una famiglia. Abbiamo l’occasione di confrontarci e aiutarci. **Il CPA è una cosa bella, importante e unica** dove una persona può trovare prima di tutto un po’ di confronto, dove ti puoi fermare per riorganizzare le proprie idee e per staccare da quello stile di vita. E poi si forma una famiglia, **si raggiunge un obiettivo**. Negli anni ho visto nascere tanti gruppi. Anni fa c’era un gruppo tanto affiatato. Addirittura ci chiamavamo se qualcuno arrivava tardi. Qualche giorno fa ho incontrato una persona di questo gruppo: adesso lavora e qui è rinato. Quel gruppo lo ha aiutato. Un anno e mezzo fa ho conosciuto una persona qua che è diventato il mio migliore amico. Sono entrato nella sua famiglia, conosco i suoi nipotini, e domani mattina parto con lui e tornerò Lunedì. Quella è diventata la mia famiglia. Ci vogliamo bene e queste sono le cose belle che accadono al CPA”.

*Tonio CPA*



“Io ho iniziato a frequentare, ma all’inizio non ci stavo con la testa. Dormivo in un b&b, ma la mattina mentre venivo qui prendevo ancora delle cose. Venivo quasi per forza di inerzia. Però piano piano, grazie alla voglia di smettere e al fatto che sono stufo di questa vita, mi sono ritrovato qua e ho trovato anche una famiglia. Ci chiamiamo, ci sentiamo, ci organizziamo per andare a fare passeggiate perché magari vieni da una giornata stancante e **vedi persone che ti fanno stare bene**. Infatti, ora sto bene, sono contento di qualche risultato che sto ottenendo. Ad esempio, ho tolto quasi tutta la terapia. *(continua)*”

Sono contento dei miei risultati perché qui ci sono tante cose da fare. **Anche se vuoi passare un momento di nervosismo o una giornata storta, ti metti a fare qualcosa e il tempo ti passa.** Sono contento anche perché mia sorella e mio cognato si stanno riavvicinando a me. Mia sorella è molto più tranquilla. Adesso è lei che mi chiama, anche se a volte le cose sono ancora difficili. Però sono comunque soddisfatto di cosa sto facendo. Ora sto facendo dei colloqui per entrare in comunità, anche se ne ho già fatte tante. Vorrei fare un programma di 8-9 mesi. Non so ancora dove e questo un po' mi spaventa perché troverò persone nuove. Però so di volerlo fare”.

*Claudio CPA*

**“Per me Villa è un porto di mare dove arriva il mare in burrasca e il mare calmo. Accoglie tutti, ti leva dalla strada, ti dà un appoggio morale.** Non ti fa stare solo a pensare. Mi ha dato una seconda famiglia e anche voi operatori, voi volontari, **con quel poco che avete ci date tanto.** Qui ti fanno risentire una persona perché per strada facevi schifo, ti fai schifo, fai schifo alla gente. Venivamo ignorati e qui ti senti una persona”.

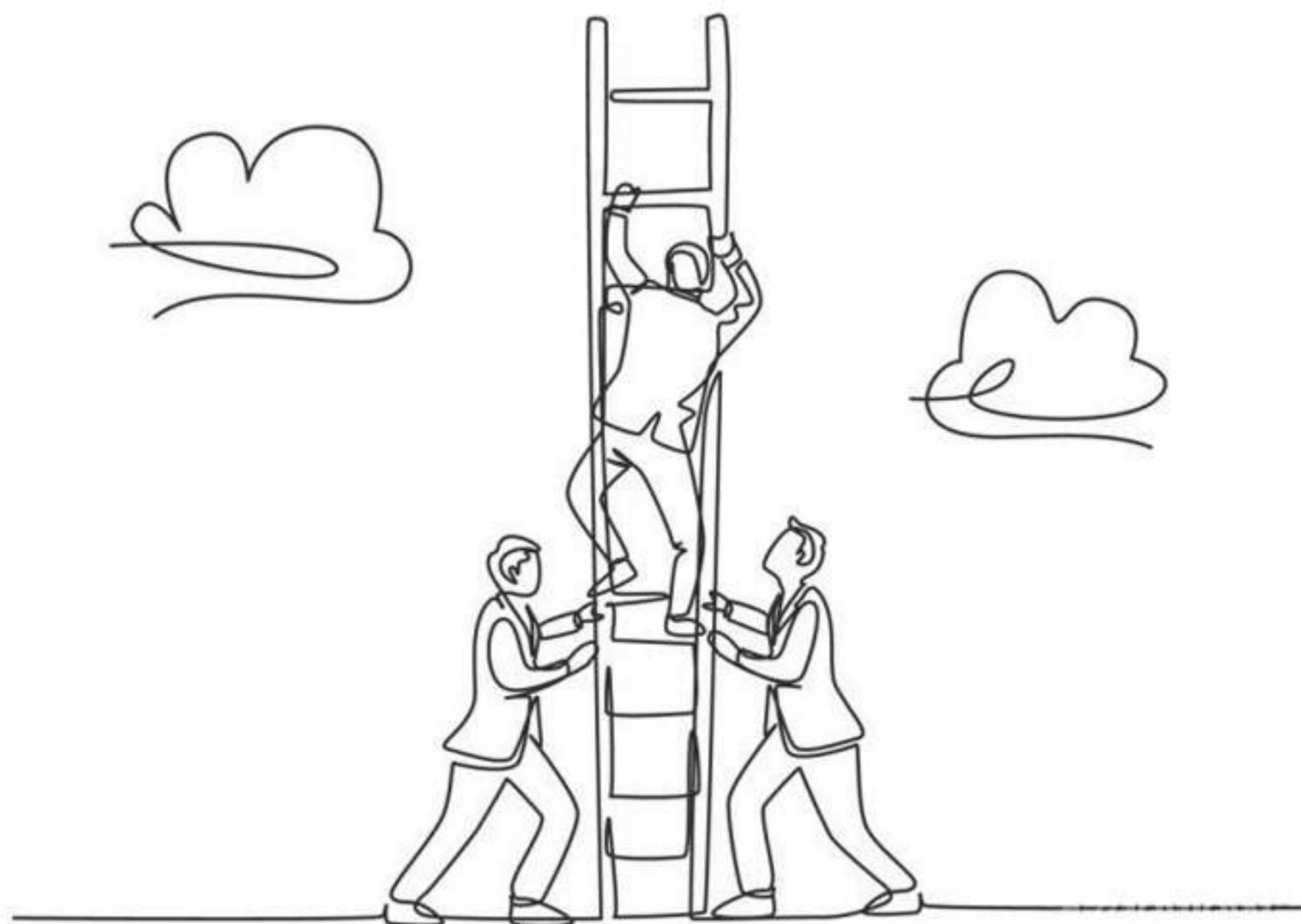
*Enrico CPA*



# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Avendo fatto una comunità, già sapevo di cosa si tratta un Centro di Prima Accoglienza. Prima pensi che ti basta stare lontano dalla sostanza, ma poi capisci che **dietro alla sostanza c'è un mondo**. Non ti devi mettere dentro una campana di vetro per non drogarti. **Devi affrontare il problema e capire cosa c'è dietro**. Un mondo di sentimenti, di fragilità, di insicurezze che sono i reali motivi che ti portano a fare uso di sostanze. Io ho perso tutti e due i miei genitori, a 3 anni e a 24 anni. Ho fatto 4 anni di comunità e **venire qui al CPA mi ha fatto rimettere i piedi a terra**, mi ha fatto ricordare da dove vengo, quali sono le mie problematiche. **Mi ha fatto ritrovare contatto con me stesso** perché fuori vince chi arriva primo e non hai il tempo di fermarti a pensare a te stesso. Quindi, **qui sto riacquistando gli strumenti che stavo perdendo**. Sono ricascato dopo 4 anni e il CPA mi sta ridando una seconda possibilità e poi penso di andare a fare il TIA. Poi stare qui è più difficile perché qui se ti viene voglia, puoi uscire e farti. Nel mio caso ho accettato che è l'alcool che mi porta a farmi”.

*Tommaso CPA*



## *Siamo tutte facce della stessa medaglia*

Verranno di seguito pubblicate tre interviste fatte a una persona tossicodipendente che ha deciso di non intraprendere nessun percorso di disintossicazione e a due persone che, estranee al mondo della droga, hanno deciso di esprimere un parere su cosa è la tossicodipendenza vista dall'esterno.

Questa serie di interviste nasce con lo scopo di mettere a confronto i vissuti e i punti di vista di persone di cui la vita ha preso una direzione diversa rispetto a quella che sta seguendo chi, invece, frequenta Villa Maraini.

### *prima parte*

**Innanzitutto, ti chiedo di presentarti e di dirmi come mai hai accettato di fare questa intervista?**

*“Ti conosco, so che capirai e che le persone che leggeranno questo giornale capiranno, mi capiranno. Ho 26 anni, da più o meno dieci anni ho problemi di dipendenza che si alternano: prima solo pulito e poi ci ricasco, come tutti eh.*

*Non sono un tossico di quelli che trovi a dormire a Termini, io c'ho una casa, un lavoro più o meno stabile e pure un compagno a cui voglio bene. Eppure, non smetto. Nemmeno il mio compagno vuole smettere, quando andiamo d'accordo ci capita di farci insieme, poi però quando non ci sono i soldi ci scanniamo. Quella è la parte più brutta, non mi piace litigare con lui per la droga”.*

**Cosa pensi del mondo della dipendenza e cosa credi ti abbia fatto avvicinare ad esso?**

*“Non lo so, forse il non aver mai avuto certezze su niente. Mai niente a cui aggrapparmi. Mi sono ritrovato sempre con il culo a terra. Da bambino mi sbattevano a destra e sinistra perché nessuno voleva occuparsi di me, siamo venuti in Italia, poi l'abbiamo girata un po' ed ho cambiato mille case, mille scuole. Alla fine ho preso pure il diploma al liceo scientifico. I miei non sono mai esistiti in casa, erano fantasmi e da mangiare c'erano solo fagioli in scatola. (continua)*

# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

*Mio fratello grande era violento con me, lo odio ancora, anche se lui ora sta bene e vive fuori Roma con moglie e figli. Beato lui. Il mondo in cui vivo io fa schifo, è crudele e io sono troppo buono per starci dentro. Mi faccio sempre fregare”.*

## **Che pregiudizi ci sono su questo mondo?**

*“Sai che ti dico Noè? Non sono pregiudizi ma verità. La verità è che siamo stronzi, approfittatori e bugiardi. Siamo disposti a tutto pur di farci e lo odio. Siamo insopportabili, roviniamo la vita a chiunque abbiamo vicino. Però quello che noto è che tutti si fermano a questo e non guardano mai che cosa ci ha ridotto così. Magari se avessi avuto una famiglia, sarei stato pulito, non avrei mai provato niente, che ne so. Non dico che è colpa degli altri eh, a drogarmi mi drogo io, però oltre a fare schifo sono anche altro e vorrei che la gente lo capisse”.*



## **Cosa pensi delle strutture come Villa Maraini?**

*“Non lo so, non ci sono mai stato e non ci voglio andare. Non mi piace l’idea di costringermi a curarmi, non mi va di farlo quando non me la sento. Magari è un bel posto, magari funziona, però per ora voglio stare con il mio compagno, a casa. Vediamo quanto resisto”.*

Anonimo, 26 anni.

## *Siamo tutte facce della stessa medaglia seconda parte*

### **Innanzitutto, ti chiedo di presentarti e di dirmi perché hai accettato di fare questa intervista?**

*“Trovo la tossicodipendenza un tema del quale si parla poco, quando invece l’informazione è fondamentale. Mi piace il progetto della newsletter, ho letto tutti i numeri. Mi piace l’idea di farne parte in qualche modo. Io sono una studentessa di grafica, non ho mai avuto nulla a che fare con questo mondo ma penso che, in quanto è una realtà, va conosciuto”.*

### **Cosa pensi del mondo della dipendenza e cosa credi ti abbia tenuto lontano da esso?**

*“Penso che sia un mondo che non va giudicato, a prescindere da tutto, io l’ho sempre visto da lontano eppure ho capito che l’unica cosa buona che ha, è l’uscirne. Le persone vanno aiutate, supportate, non giudicate. Penso che ciò mi ha tenuto lontana dalle droghe è il pensiero di cosa sarebbe successo dopo, il pensiero della dipendenza e di ciò che comporta. È stata la paura a tenermi lontana da questo mondo, in qualche modo potremmo essere spinti a provare anche solo per curiosità ma la mia paura è stata abbastanza da tenermi lontana”.*

### **Pensi di aver mai avuto pregiudizi su questo mondo?**

*“No, mai. E non perché non esistano pregiudizi sui tossicodipendenti, anzi. Semplicemente penso che ognuno abbia la sua storia, il suo percorso, è inutile sindacare come è andata perché noi siamo al di fuori della vita degli altri, tossici o meno, non sappiamo proprio niente e non abbiamo il diritto di giudicare”.*

### **Cosa pensi delle strutture come Villa Maraini?**

*“È importante supportare le persone, dargli uno spazio dove guarire è possibile. E ciò vale anche per la tossicodipendenza, quindi queste strutture sono fondamentali. Ovviamente da sole non possono fare miracoli, serve prima di tutto la volontà di smettere dei diretti interessati”.*

*Beatrice, 18 anni.*

*Siamo tutte facce della stessa medaglia  
terza parte*

**Innanzitutto, ti chiedo di presentarti e di dirmi come mai hai accettato di fare questa intervista?**

*“Io ho 25 anni, lavoro come grafico qua a Roma e ho accettato l’intervista perché è un tema che mi tocca molto quello delle dipendenze. Voglio poter dire la mia. La persona con cui sono stato, quella che ho amato più di tutto, faceva uso di droghe pesanti e per questo la nostra storia è finita. Ho vissuto da spettatore la dipendenza e mi sono sentito malissimo, per ciò che succedeva e anche per me stesso, perché sapevo che quello sarebbe stato un trauma che difficilmente sarei riuscito a superare. Stare vicino a qualcuno che usa sostanze significa lasciarsi trascinare in un vortice di cose brutte, brutte davvero, davanti alle quali si è impotenti. Io cercavo di capire, di aiutare, andavo al consultorio e chiamavo le strutture specializzate ma non funzionava niente”.*

**Cosa pensi del mondo della dipendenza e cosa credi ti abbia spinto a non provare nulla pur avendolo intorno?**

*“La mia migliore amica e mia madre. Mia madre non c’è più e io non voglio deluderla ora che non può più guidarmi. Mia madre mi ha insegnato tutto, quando è morta ho pensato di richiamare la persona con cui stavo, di accettare di essere il suo compagno di giochi e farmi con lui, come mi chiedeva sempre. Tanto non avevo più niente da perdere. Invece no, non potevo deludere mamma. Non l’ho fatto. E non l’ho fatto perché avevo una mano sulla spalla che mi ferma dal fare ogni cazzata: quella della mia amica. Quando non hai niente, a livello umano, ti rifugi nelle sostanze e quel poco che hai, magari, lo ammazzi e lo allontani da te. Io sono stato costretto a scappare, stare con qualcuno che dipende da altro e non ha come priorità il sentimento che dice di provare, è deleterio. Ad un certo punto bisogna essere forti e capire che non possiamo aiutare qualcuno a cui serve qualcosa di specialistico e apposito, soprattutto non possiamo aiutare chi non vuole migliorare. (continua)*

# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

*Io pregiudizi non ne ho, la gente si ma io no. Nonostante tutto, vorrei che tutti si salvassero, che ricominciassero a vivere una vita vera.*

## **Che pregiudizi ci sono su questo mondo?**

*La gente pensa che drogarsi è una scelta, come se non fossero gli eventi della vita a portare qualcuno a farsi così male. La gente pensa che uno la mattina si alza e decide di rovinarsi la vita per nessun motivo.*

*Mi urta la superficialità.*

## **Cosa pensi delle strutture come Villa Maraini?**

*Avrei voluto avere la possibilità di portarci la persona con cui stavo, credo che avrebbero potuto aiutarla ed aiutare anche me, magari, a capire bene cosa stava succedendo e a non avere paura. Avrei voluto essere pronto, più informato. E penso che posti come Villa siano indispensabili, prima di tutto per i tossicodipendenti e poi per chi gli sta vicino.*

Anonimo, 25 anni.



## Cosa c'è dietro la tossicodipendenza?

“Nel mio caso ho iniziato a bere per insicurezza. Con l'alcool riuscivo a stare in mezzo alla gente, ero spavaldo, riuscivo a conoscere anche le ragazze. Io adesso so che sto bene e voglio continuare a stare così. Adesso sono arrivato a un punto in cui non mi faccio mettere i piedi in testa. Provo timidezza a farmi vedere per come sono. Ma adesso so come sono fatto e o mi accetti, o ciao. Prima se litigavo, mandavo giù. Se qualcuno pensava qualcosa di brutto, mandavo giù. L'alcool era la valvola di sfogo. Invece, ho imparato che devi subito discutere, subito dire quello che pensi. Io prima non ero proprio il tipo che ti attaccava, che ti menava, ma l'alcool mi dava il coraggio di dire la mia, di affrontare gli altri”.

*Adamo CPA*

“Inizi per essere accettato. Cominci con una canna e ti senti bene.

Un giorno per solitudine ho chiesto a un mio amico di portarmi un po' di eroina, per non stare da solo e per avere un po' di amicizia. L'avevo chiesta per attaccare bottone. Da quel giorno sono esploso e ho rovinato tutto. Tutti i rapporti con la famiglia, con mia madre, con i miei cugini. Ho perso la testa. Nel mio caso c'è sempre stata la solitudine. Sono cresciuto in una famiglia molto grande, in cui non mi sentivo capito. Sono sempre stato in mezzo a tanta gente e quando mi trovo solo e sono abbandonato a me stesso, vado a fare le cazzate. Se mi sento solo, io non so cosa fare. E penso che dovrei imparare questo: a stare bene anche da solo”.

*Claudio CPA*



# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Nel mio percorso tutto è partito con un trauma, ossia la morte di mio padre. È qualcosa che mi ha sconvolto. Aveva l’Alzheimer e la malattia è andata avanti quattro anni. All’epoca ci pensava mia madre a mio padre perché io ero a Roma ed ero distante. Eppure quando è morto, mi ha sconvolto. Lì c’è stato il primo trauma che mi ha scosso, anche se non è lì che ho iniziato a bere. Poi c’è stata la morte di mia suocera, all’inizio della pandemia, e anche questo mi ha sconvolto. C’è poi il fatto che lavoro in un’edicola e sto da solo la maggior parte del tempo. A volte c’è il mio responsabile che mi controlla e anche questo mi fa male. Questa forma di oppressione mi fa male e mi fa partire la capoccia. Quindi vado a bere. C’è anche il fattore della solitudine nel mio caso perché passo tanto tempo da solo. Quindi, la compagnia diventa l’alcool. Questa è la mia soluzione e ne approfitto sempre. Ho provato alcuni percorsi, ma non hanno funzionato. Poi sono arrivato qua e ho trovato un po’ una soluzione più sana. Potrei stare a casa, ma mi ritroverei a bere. Quindi sto qui, anche se non faccio nulla. Almeno riempio questo vuoto che sento e che ho dentro”.

*Paolo CPA*



“La mia soluzione era drogarmi. Sto da solo, bevo e non penso a niente. Ma sono arrivato a 62 anni e voglio recuperare la mia famiglia. Pensavo ‘tanto ce la faccio da solo’, ma non è così”.

*Pino CPA*

“Credo che noi nasciamo predisposti. Poi scegliamo noi cosa fare. E molti di noi scelgono la cosa più semplice. Anche nel mio caso la solitudine è associata a carenze affettive.”

*Enrico CPA*



“Mio padre è morto di overdose e avevo 3 anni e mezzo. Mia madre era diventata la crocerossina di tutti. E questo mi ha fatto provare tanta non considerazione da parte sua nei miei confronti. Poi mia madre si è ammala di HIV e io vivevo l’impotenza di non far nulla per lei. Inoltre, fingevo di non sapere nulla. Dentro casa c’era un eterno fingere che mi sono portato dietro per anni. E portavo questa maschera anche per farmi accettare da tutti. E così creavo uno spazio tra il vero me e gli altri, e in tutto questo spazio c’era la droga. Poi ho iniziato il programma e ho iniziato ad accettarmi. Ho capito che preferisco avere pochi amici, ma che mi conoscono. Non sentirti te stesso in mezzo agli altri è pesante. Io arrivavo la sera che mi sentivo sporco perché mentivo. Credo che dietro il mio sentirmi solo ci sia un vuoto affettivo. Accollavo sempre la colpa a mia madre perché non mi considerava, però c’è anche la mia responsabilità.

Intanto ero arrivato a 21 anni, la mia comitiva si stava sfasciando ed era arrivato il momento di prendermi le mie responsabilità.

Il mio punto debole sono anche le responsabilità, infatti le mie ricadute girano intorno a quelle. Allora ho preso la strada più facile: mi sono avvicinato a un’altra comitiva, si drogavano. Così ho iniziato a fare come loro per essere accettato e allo stesso tempo pensavo che questo mi avrebbe fatto accettare anche da mia madre che ha sempre accudito i tossicodipendenti. Se stiamo qua è perché abbiamo una forte sensibilità. Ma bisogna imparare ad accettarsi. Quel vestito, quella maschera che io indossavo, che da una parte mi ha salvato perché mi ha evitato di far vedere le fragilità e di dare agli altri gli strumenti per ferirmi, dall’altra mi ha rovinato. Ma adesso sto qui perché mi piace la vita”.

*Tommaso CPA*

## Villa's Got Talent

**“Io sono quello che ho amato, io sono le mie canzoni”**



**Come è venuta la passione?**

*“Non so come sia venuta. Penso di esserci nato. Mia madre ascoltava tanta musica, si alzava la mattina presto e metteva la musica a palla. Sono cresciuto con Renato Zero e tanti altri cantautori italiani. Poi un giorno, quando avevo 5 anni, iniziai a giocare con il telefono. Avevo un telefono che se suonavi i numeri in numero crescente, uscivano fuori le note in ordine crescente. Così un giorno, suonando i numeri, è uscita fuori “San martino campanaro”. Poi penso sia una cosa di famiglia perché tanti nella mia famiglia suonano. Nel mio caso, però, ho sempre suonato a casaccio. Mio zio mi aveva regalato la sua pianola e io mi mettevo a suonare le sigle dei cartoni animati. Mi mettevo lì, sentivo una canzone e riuscivo a risuonarla. Ma non ho mai studiato. Anche adesso non faccio le cover: semplicemente mi metto lì e suono.*

*Crescendo suonare è diventata la mia valvola di sfogo. Il pianoforte era il mio migliore amico. Se avevo un problema, mi mettevo lì e suonavo.*

(continua)

*A un certo punto era diventato anche troppo un rifugio perché mi chiudevono là, era il mio mondo e l'unico momento in cui mi sentivo me stesso perché con gli altri indossavo sempre delle maschere”.*

**Spero che continuerai a suonare. Potrebbe diventare un lavoro?**

*“Potrei fare i karaoke perché non serve studiare. Per fare le serate, invece, è un po' più complicato. Che poi nonostante tutti mi dicano che sono bravo, sono pochissimi anni che faccio sentire agli altri come suono. Prima ero geloso di quello che suonavo, come se gli altri potessero scoprirmi. Quando suonavo mi sentivo vulnerabile, mettevo giù tutte le mie maschere. Quindi, non volevo che gli altri mi vedessero senza maschera. Non volevo il giudizio”.*

**Cos'è per te la musica oggi?**

*“È rimasta sempre una valvola di sfogo. Io ascolto musica in base allo stato d'animo che ho. Ho proprio momenti in cui mi devo prendere i miei spazi per ascoltare musica perché ne sento il bisogno”.*

**Se la musica fosse un colore che colore sarebbe?**

*“Verde acqua perché mi dà un senso di libertà”.*

**Invece, tuo figlio suona?**

*“Sto provando a trasmettergli questa passione, ma a lui piace ballare. Gli avevo comprato pure il pianofortino piccolo, ma si stufa subito”.*

**C'è un momento in particolare della tua vita che associ alla musica?**

*“Nei momenti in cui mi sento triste e solo, ma anche quando sono felice”.*

**Secondo te la tua dipendenza ha interferito con questa tua passione?**

*“No. Anzi, il pianoforte mi ha salvato perché è sempre stato uno stimolo in più. Mi ha salvato in un sacco di serate in cui volevo andarmi a fare, ma invece mi mettevo lì a suonare”.*

**Se tornassi indietro, studieresti qualcosa di musicale?**

*“Sì. Farei una scuola di musica e una di cucina perché è un'altra mia grande passione. Ogni volta che suono, immagino io su un palco, con le luci e tanta gente che esulta. Però ho paura di farlo”.*

**Che canzone abbineresti a questo arco della tua vita?**

*“‘Nuvole bianche’ di Einaudi. È proprio liberatoria. Anche ‘River flows in you’ perché sono romantico, anche se ho sempre avuto problemi a tirare fuori l'amore che ho dentro. Quindi, sento che dentro ho qualcosa che vuole esplodere. E quella canzone mi stimola a comunicare questo amore. E so che arriva perché me lo hanno sempre detto: ‘c'è amore in quello che suoni’”.*

Tommaso CPA



## *La resilienza di chi ce la fa*

I forti non sono amati.

Sono scomodi, poco manipolabili.

I forti sanno sentire se stessi, conoscono i loro diritti e non sono disposti a rinunciarci. Sanno essere felici, malgrado tutto.

Hanno delle radici potenti che non si possono estirpare. Non è facile distruggere i loro principi, la loro dignità. Sono in grado di sostenere qualsiasi verità, i colpi del destino, la tortura del tradimento e le tempeste delle proprie emozioni.

Non hanno paura del dolore, hanno già attraversato il loro inferno personale e sanno trasformare le ferite in saggezza.

Grazie a voi tutti per avermi sopportato. Grazie al CPA che è riuscito a risvegliare quello che c'era ma dormiva in me.

Grazie, Franco, Massimo, Vanni, Giovanna, Rosa Luana, i tirocinanti, Elias e a tutti gli altri operatori.

**Grazie a tutti di nuovo.**

*Alessandro C. CPA*



## ... pensieri in orbita ...

“Ti rendi conto al CPA che fine hai fatto. Prima hai la famiglia, il lavoro. Poi ti trovi qui all’improvviso, diventi lucido e dici ‘guarda dove cazzo mi trovo’. Lì capisci che è ora di tirare fuori gli attributi. Mi ci rivedo nelle parole di Alessandro. Proprio oggi ho ringraziato Vanni, Stefano e Simone perché mi hanno aiutato”.

*Alessio CPA*

“Io ero titubante a venire qui, perché dicevo ‘ma sì, ce la faccio da solo. Che vado a fare a Villa Maraini? A 62 anni?’. Mi sentivo forte e che potevo combattere. Ma contro chi? I mulini a vento. Sono venuto qui tramite la mia dottoressa. Ricordo che non sapevo come arrivarci e la prima volta ho incontrato Caterina. Mi ci sono messo a parlare e mi ha invitato a tornare qui il giorno dopo. Quella sera dello stesso giorno avevo il frigorifero pieno di alcolici e ho detto ‘devo fare qualcosa per me stesso, per la mia famiglia’. Ho una compagna, dei figli, ma so di fare niente nei loro confronti perché quando uno ha una dipendenza, qualsiasi essa sia, non vedi la persona che ti sta a fianco, che ti tende la mano, che ti vuole bene. Anzi, pensi che gli altri ti rompano le scatole e basta. Allora ho detto ‘è ora che finiamo questa pagliacciata’ perché è solo una pagliacciata la mia. Così ho buttato tutto l’alcool e il giorno dopo sono venuto qui. Ero un po’ sconvolto, pauroso, timoroso... avevo paura. Non so da cosa dipendesse la mia paura. Poi piano piano ho visto i ragazzi e la loro cordialità che chi sta al di fuori non ha perché non riescono a capire, perché non vedono la nuda e cruda realtà di persone che hanno tenacia e forza d’animo per riuscire a uscire da certe cose. Io mi porto un bagaglio che non mi scorderò mai nella vita quando uscirò da qui. Mi porto via una formazione personale e continuerò a pensare ai ragazzi che stanno qui. Prima parlavo sempre con rabbia alla mia famiglia a causa dell’alcool. (continua)

# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

Adesso, da quando sto frequentando qui, parlo con calma, non mi arrabbio; prima stavo sempre dietro a mio figlio come un padre chioccia, mentre ora gli lascio i suoi spazi. Sento che prima gli trasmettevo la mia insicurezza con il mio modo di fare, mentre ora gli voglio dare la sicurezza di affrontare da solo la vita. Ha visto suo padre rovinato dall'alcool perché ho fatto tanti casini. Mia moglie, invece, una volta ha chiamato i carabinieri. Ho capito poi, con la lucidità, che cosa significava quel gesto. Il significato era che mia moglie voleva salvarmi perché io quella sera potevo fare qualsiasi cosa: andare a sbattere con la macchina, mettere sotto qualcuno. So che ho fatto soffrire delle persone. Ma adesso voglio uscirne a testa alta, anche per riavere la fiducia di mia moglie e dei miei figli. Ci sono giorni difficili, ma con la forza mia e dei miei ragazzi sono rimasto qua. Sono contento di stare qua. Ci diamo forza l'uno con l'altro e sostegno, se qualcuno sta in difficoltà. Come loro danno la forza a me, io la voglio dare a loro.”

*Pino CPA*

“Nella lettera mi ci rispecchio perché pensiamo di essere forti, ma da solo non ce la fai. E io devo ringraziare il CPA. Ognuno ha la sua forza, ma deve essere spronato per riscoprirla perché in fin dei conti l'abbiamo persa per strada. Operatori e tirocinanti ci danno una mano in questo. Però la vera forza siamo noi. Sono qui da sei mesi e da solo non sarei andato da nessuna parte. Adesso affronterò un nuovo inizio e non sarà facile. Però ci metto del mio e quello che mi hanno dato e insegnato. Grazie a loro. I bastoni tra le ruote continueranno sempre a metterceli, ma bisogna andare avanti. Perché mi devo bloccare?”

*Enrico CPA*



# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

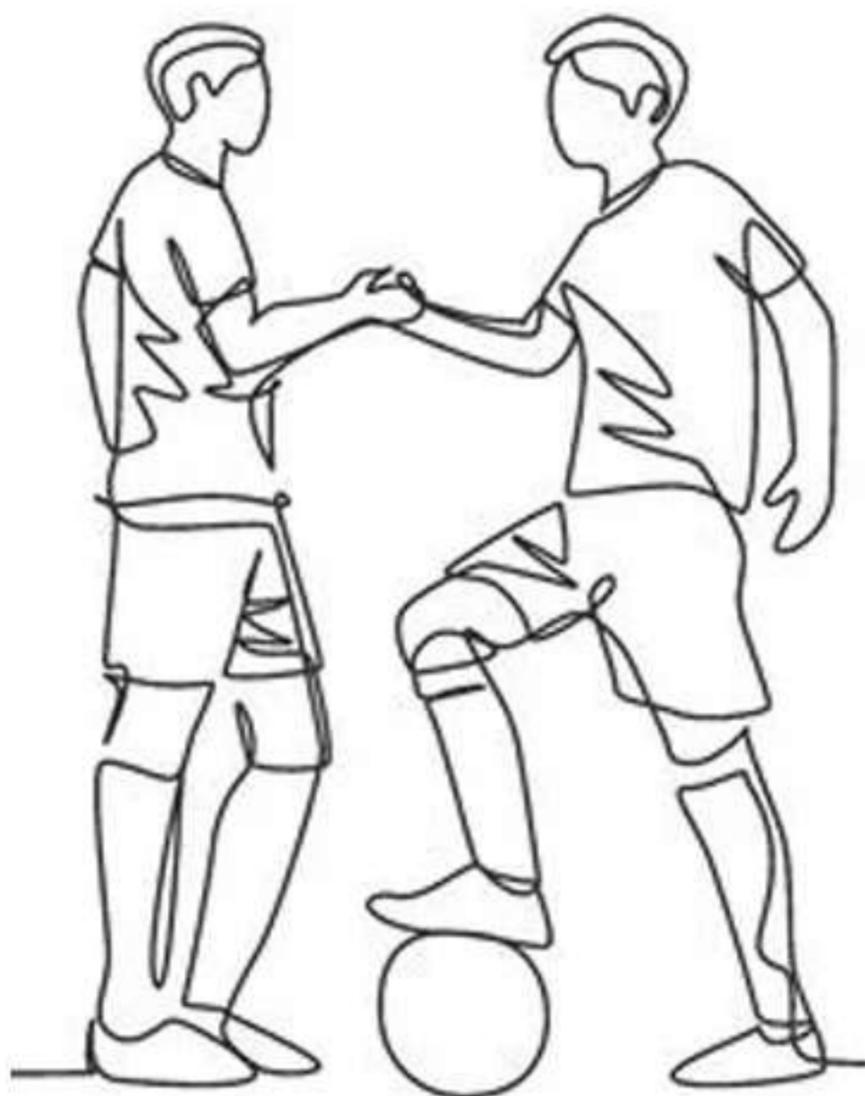
“Io penso che la forza ce la dobbiamo mettere noi principalmente. Io vedo che da quando frequento qui dentro, è migliorato tanto il rapporto con quel pezzo di famiglia che ho. È migliorato il rapporto con le persone, il dialogo... Certo, Villa non è il paradiso terrestre e quando qualcosa non va, lo faccio presente. Ma non posso pretendere che il mondo cambi intorno a me, senza che io faccia nulla. Devo darci dentro, metterci del mio. Da lunedì ho iniziato a venire dalla mattina alla sera e già vedo che il CPA mi sta dando di più. Nel mio caso, poi, venire qui dalla mattina alla sera, mi permette anche di riposare di più, anche se so che non posso abbandonare il lavoro. Devo metterci la mia forza. Ma anche gli altri mi danno qualcosa. Anche quando litigo, lo faccio perché voglio far riflettere. E poi voglio cercare di non farmi influenzare dalle tentazioni che sono intorno a me. Ci sono pro e contro dello stare qui. Credo sia importante dare, se sei in questa comunità. Devi iniziare a fare qualcosa a un certo punto, se vuoi arrivare tra i forti. Io so che ero forte, poi mi sono fatto trascinare da qualcosa che era più forte di me. E se ha vinto lui, vuol dire che sono diventato fragile e qualcosa mi ha buttato giù. Adesso voglio risollevarmi e farmi aiutare a risollevarmi. Avere qualcuno alle spalle ti ritira su quando cadi.”

*Paolo CPA*

“Oltre alla forza, io credo sia importante il confronto che a volte reprimiamo. Il confronto ti aiuta a non tenere le cose dentro, affronti te stesso e gli altri. Se qualcosa non va, se ne parla. Io questa cosa l’ho capita dopo anni perché anni fa non riuscivo a confrontare le persone. Poi ho imparato a farlo in modo costruttivo, non distruttivo. E mi sento meglio, mi sento meno vuoto e solo quando mi confronto. Confrontarsi ti aiuta a svuotarti, senza che reprimi per poi stare incazzato tutta la mattina.”

*Claudio CPA*

## Novanta minuti di pace



Fin dalla sua fondazione, il CPA vuole essere un posto in grado di offrire alternative alle persone; delle prime strategie affinché una persona riesca ad affrontare, per poi saltare, quegli ostacoli che sembrano insormontabili. Una di queste strategie ha la forma di una palla sporcata dal verde dell'erba: il calcio. Ormai da tempo, infatti, ogni settimana i ragazzi del CPA giocano a calcio con gli utenti del CAD e dello SPOT.

90 minuti in cui scoprono la bellezza di essere un gruppo con un obiettivo.

90 minuti in cui loro, correndo dietro a un pallone, riescono a liberarsi per un po' da quei pensieri ingombranti che lasciano dietro la rete che delimita il campo.

**90 minuti di pace.**

“Mi piace il fatto che facciamo sport qua al CPA perché è un'ora importante della settimana. È un modo per creare aggregazione e comunicazione. Lo sport è importantissimo nella vita delle persone. A me lo sport fa bene perché la sera arrivo più stanco. Dopo aver giocato a calcio, sento di essermi sfogato e a volte capita di “litigare”. Inoltre, mi piace giocare con i ragazzi del CAD: anche loro ci mettono molto impegno. Ti scordi di tutto per un'ora. Ti diverti. Pensi al calcio. *(continua)*”

# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

Non pensi 'oddio mi sono drogato di nuovo', 'oddio ho rovinato tutto'. Pensi al calcio. Pensi a giocare. Sudi, ti diverti e ti stanchi. E poi lo sport crea anche un senso di comunità perché in comunità sei sempre impegnato a fare qualcosa. E stare con un obiettivo ti aiuta a superare la giornata.

Pensi a giocare. Sudi, ti diverti e ti stanchi. E poi lo sport crea anche un senso di comunità perché in comunità sei sempre impegnato a fare qualcosa. E stare con un obiettivo ti aiuta a superare la giornata."

*Alessio CPA*

"Io sono una persona che sfoga molto nel lavoro e nello sport. Quindi anche per me lo sport è importante. Mi permette di spegnere il cervello e mi diverto. Avere un obiettivo è fondamentale. Quando non ho obiettivi, infatti, sto male. Mi ricordo che un sabato sono uscito da qui, non avevo obiettivi e ho finito per bere. Quindi ora so che se devo stare fuori, mi voglio organizzare. Non voglio stare impreparato. Preferisco fissarmi degli obiettivi che mi tengano impegnato fin quando non rientro qui."

*Claudio CPA*



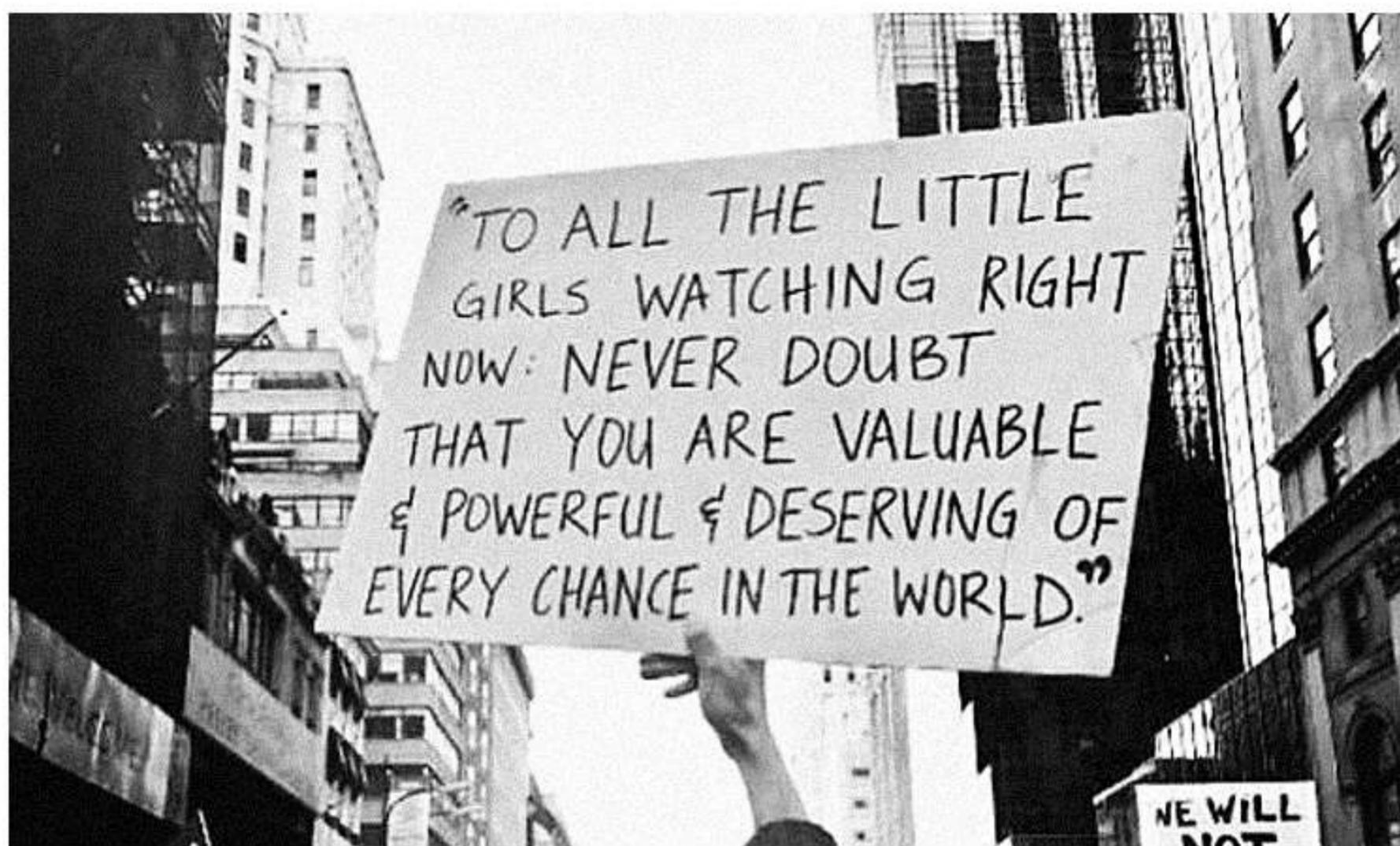
## *L'angolo di Fucsia*

**Non mi avete fatto niente.**

Buona giornata a tutte e a tutti,  
specialmente a tutte noi ragazze in tutto il mondo.

Comincio col dirvi che io ringrazio sempre Dio eternamente di essere una ragazza e infatti, in questo articolo, voglio parlarvi di un'altra mia battaglia quotidiana: quella contro la violenza sulle ragazze in tutto il mondo. Io prego sempre Dio che tutte noi ragazze siamo sempre amate e rispettate, e che nessuno violi più i nostri diritti più fondamentali. Io stessa, nel 2012, sono stata in Pakistan per motivi strettamente personali e ho potuto constatare che i nostri diritti vengono violati continuamente, e da quel giorno ho giurato su Dio che avrei combattuto con tutto il mio cuore e tutta la mia anima per fare in modo che tutti i diritti fondamentali di tutte noi ragazze nel mondo siano sempre rispettati, e da quel giorno ho sempre continuato così. Noi ragazze siamo veramente la vera forza del mondo nel mondo.





La mia scrittrice preferita, SIBA Shakib, ha scritto un libro bellissimo che a me personalmente è piaciuto moltissimo e che consiglio a tutte di leggere, *"Afghanistan. Dove Dio viene solo per piangere"*...ha ragione, perché sono sicurissima che tutte le persone che violano i nostri diritti fondamentali fanno piangere Dio. Io stessa, Fucsia, dico a tutte le ragazze come me di combattere sempre per i nostri diritti, di non farci sottomettere da nessuno e di farci rispettare da tutti. Ragazze, nessuno deve più violare i nostri diritti. Noi ragazze apparteniamo a noi stesse, non siamo proprietà di nessuno. **Ragazze, ricordiamoci che non c'è speranza senza coraggio!** E sono veramente convinta che ognuno di noi dovrebbe dare il suo contributo. Io stessa, Fucsia, sono stata vittima del maschilismo e con l'aiuto di Dio ho combattuto per farmi rispettare e per il rispetto dei miei diritti; perciò dico a tutte noi ragazze: siamo forti, non permettiamo che nessuno violi i nostri diritti, cerchiamoci un lavoro per renderci indipendenti economicamente, non permettiamo che nessuno ci manchi più di rispetto e con l'aiuto di Dio riusciremo a vincere in tutto il mondo la nostra battaglia quotidiana contro la violazione dei nostri diritti umani femminili, contro ogni genere di violenza su tutte le ragazze.

*Fucsia*

# LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

## Crediti

**A cura di** Noemi Paolucci, giornalista, e Lucrezia Polimanti, psicologa, entrambe volontarie presso Villa Maraini.

**Impaginazione e grafica:** a cura di Lucrezia Polimanti.

**Referente per i contenuti e per la posta elettronica:** Rosa Luana Marra, psicoterapeuta del Centro di Prima Accoglienza.

Tutti i contenuti sono stati portati e proposti dagli utenti del CPA nel mese di Maggio: noi ci siamo occupate solo di trascriverli. Precisiamo che, sulla base di una loro richiesta, per alcuni utenti sono stati usati dei nomi di fantasia.

## Ringraziamenti

Alla realizzazione del quarto numero di *"La Battaglia Quotidiana"* hanno partecipato alcuni utenti del CPA che vogliamo ringraziare: senza voi e senza le vostre idee tutto questo non sarebbe stato possibile.

Ringraziamo, poi, Villa Maraini per averci dato la possibilità di iniziare questo nuovo progetto che ci auguriamo possa continuare.

Per ultimo, ma non per importanza, ringraziamo chiunque abbia speso un po' del suo tempo a leggere queste pagine.

## Prossimamente...

*"La Battaglia Quotidiana"* conta di essere una newsletter mensile. Pertanto, l'uscita del prossimo numero è prevista per l'inizio di Luglio. Intanto, chi volesse scrivere ai ragazzi e contribuire a questo progetto con suggerimenti e risonanze può scrivere a [labattagliaquotidiana.cpa@villamaraini.it](mailto:labattagliaquotidiana.cpa@villamaraini.it)

# Alla prossima!

IL CPA