

VOCI LIBERE

Fondata nel 1996

FONDAZIONE VILLA MARAINI ETS



- ✓ NOTIZIE DAL MONDO: DOMANI È GIÀ OGGI
- ✓ ON THE ROAD
- ✓ SPORTIVA-MENTE
- ✓ “LEGGERE” TRA PAROLE, SUONI ED IMMAGINI
- ✓ LIFE STYLE

In questo numero il lettore si confronterà con tematiche attuali quali fatti di cronaca e di vita, la solitudine, la rabbia, il dolore... ma anche il ritorno alla vita, la resilienza. Tutte esperienze che verranno trattate attraverso le storie personali di chi ha deciso di prendere in mano la propria esistenza, confrontandosi con le proprie sfumature e quelle degli altri da sè. Spunti di riflessione saranno le decisioni di vita personali, la passione per uno sport, una canzone, uno spettacolo teatrale e un libro.

www.villamaraini.it

ctdiurna@villamaraini.it

NOTIZIE DAL MONDO: DOMANI È GIÀ OGGI



Guardare la bellezza della natura è il primo passo per purificare la mente.

Amit Ray

PLASTIC FREE

Luglio è il *Plastic Free July*. Un intero mese in cui milioni di persone rinunciano all'utilizzo della plastica *single-use*, nella speranza di un globo terrestre più pulito e sano. Diffondendo inoltre il messaggio benefico ad altrettanti milioni di persone che ancora non hanno scelto di abbandonare la plastica.

La plastica monouso infatti ha effetti devastanti sul nostro ecosistema. Basti pensare che dagli anni Cinquanta del secolo XX ad oggi abbiamo prodotto 8,3 miliardi di tonnellate di plastica.

6,3 miliardi di queste sono state buttate in natura (e come se ogni abitante della Terra trascinasse con sé circa una tonnellata di plastica). Il 79% di questa plastica è finita appunto nelle discariche e in tutti gli ambienti naturali, il 12% è stato incenerito. Ne è stato riciclato solo il 9%.¹ Il risultato è quello di un globo

surriscaldato, inquinato, specie animali e vegetali che scompaiono. La vita distrutta.

L'obiettivo di *Plastic Free July*, iniziativa che nasce in Australia ma che oramai si è diffusa a risonanza globale, è quello di sensibilizzare sull'uso della plastica e suggerire e insegnare piccoli cambiamenti per trovare un'alternativa e fare a meno della plastica monouso.

Le bottiglie di plastica, e con loro i tappi, sono i rifiuti che possiamo trovare oramai su qualsiasi spiaggia, o anche banalmente al parco, lasciate da qualche visitatore distratto e noncurante dei danni che provoca all'ambiente. Possiamo dirgli addio, non comprarne più, e prendere al loro posto borracce e bottiglie in metallo. Lo stesso vale per stoviglie e bicchieri. Si torna all'utilizzo di stoviglie in ceramica o ai bicchieri di vetro ma vanno bene anche quelli in plastica riciclata da riutilizzare e riutilizzare e nuovamente riciclare.

E la spesa? Con la *tote bag*. Perché anche i sacchetti biodegradabili non sono poi così degradabili. Dopo tre anni sottoterra, non solo rimangono intatti ma riescono a trasportare ancora due/tre chili di spesa. E poi con la *tote bag* si strizza l'occhio anche alla moda.

È vero, i costi iniziali di queste scelte sostenibili sono sicuramente maggiori rispetto ai dispositivi in plastica soliti. Costi però che si ammortizzano in pochissimo tempo. Scelte poi che vengono sempre più sposate dalle aziende. Ad ogni segmento di mercato, ad ogni settore. Grandi case di moda che forniscono ai loro dipendenti bottiglie di metallo brandizzate oppure le comunità terapeutiche - Villa Maraini ad esempio - che scelgono di

abbandonare le più agevoli vaschette di plastica per i pasti con piatti di ceramica, oppure i bicchieri in plastica riciclata da poter riutilizzare ad ogni pasto - colazione, pranzo e merenda. Il consumo di plastica è significativamente ridotto così come i costi potendo ridirizzarli e ridistribuirli nel benessere comunitario, che è d'altronde il primo *commitment* di queste strutture.

Che non ci si limiti dunque ad un solo mese, ma che si abbracci un *all-year plastic free*, che si continui sulla scia di queste scelte sostenibili per un globo terrestre meno inquinato ed abitato da un benessere generale.

Daniele (...e la cura di sé e dell'ambiente)

¹ 3. Geyer R., Jambeck J.R. e Law K.L., 2017, *Production, use and fate of all plastic ever made*, *Science Advances*,

NOTIZIE DAL MONDO: DOMANI È GIÀ OGGI

La bellezza del cosmo è data non solo dalla unità nella varietà, ma anche dalla varietà nell'unità.

Umberto Eco

Diversi in un insieme di simili.

Talvolta ci chiediamo cosa significhi veramente essere diversi. Sentirsi diversi. Essere diversi significa sentire addosso il peso delle parole degli altri, quelli diversi da noi. Essere diversi significa sentire il peso dello sguardo delle persone addosso. Essere diversi a volte non è altro che una percezione distopica della realtà. Infatti spesso la diversità viene guardata con sospetto, poiché risveglia sentimenti di non appartenenza e quindi di antagonismo; fin dall'antichità, infatti, i non facenti parte del medesimo gruppo sociale erano considerati oppositori, e quindi individui da tenere lontano.

Eppure a volte, i diversi, si ritrovano ad esserlo all'interno di un insieme di persone uguali. Uguali, simili sì, ovvero che condividono le stesse regole, gli stessi diritti e lo stesso sistema valoriale. Che non significa però, pensare, parlare, vestirsi, o avere gli stessi comportamenti, che sarebbe terribilmente omologato. Si tratta della *community* quell'insieme di persone i cui vissuti si intrecciano in un filato di storie e percorsi pesanti, leggeri, accelerati, rallentati, dolorosi o sereni ma che nel susseguirsi delle giornate si armonizzano all'interno di quel laboratorio di Vita.

Tutta la storia della vita sulla Terra ci insegna che la «diversità» è un fattore positivo. La ricchezza della vita stessa, infatti, è dovuta proprio alla sua diversità: di enzimi, di cellule, di piante, di organismi, di animali. Ma anche di culture e di religioni. Di civiltà e di popoli. Di individui, unici. Quando c'è diversità, è presente anche varietà; questa frase rappresenta uno dei presupposti per interpretare al meglio il concetto di non-uguaglianza, che rende il mondo interessante per la sua eterogeneità. Le diversità si riconoscono tra loro, come tali, nel momento in cui si inseriscono all'interno di un gruppo. Si accettano e convivono - **e si impegnano a farlo** - all'interno di esso. Che prenda il nome comunità (come il caso delle comunità terapeutiche) o *community* come il caso ad esempio delle *community* della moda, o quelle accademiche, poco importa, ognuna con le proprie regole pone come lascia passare al suo ingresso l'inclusività. Le *community* diventano quindi ecosistemi che scavano nell'*'inside* di ognuna delle persone che accolgono e che, pian piano, in un *fair-play* di destrutturazione e ristrutturazione ne ridefiniscono i confini identitari.

Ecosistemi di inclusività, in cui ognuna delle componenti Vitali diverse alimenta l'altra e al tempo stesso se ne nutre. Come fiori e miceli accanto agli alberi, che ognuno di essi, nelle proprie differenze si coinvolgono in un dialogo aperto che si imprime per sempre sulla pelle di ciascuno, tramutandone le superfici ed animandone i movimenti di quella sperimentazione continua chiamata Vita. Bisogna quindi aprirsi, ospitare i diversi, accoglierli come metro di valutazione e modo di pensare. Occorre fare della diversità il

valore fondante delle *community*, senza cercare di omologarla.

Daniele (uno e centomila sfumature)



ON THE ROAD

Solo chi ha la forza di scrivere la parola fine può scrivere la parola inizio.

Lao Tzu

LA MIA ADOLESCENZA

Quando mia madre è venuta in Italia per lavorare, io e i miei fratelli siamo rimasti nelle Filippine con mio padre. Avevo solo dieci anni e frequentavo ancora la prima media.

Ricordo che facevo tanti sport, come le maratone, il badminton, ed ero anche appassionato di scacchi ed ho partecipato a tanti tornei vincendo anche molte medaglie. Le mie giornate le trascorrevi andando a scuola e dando una mano a mio padre, il pomeriggio, nei campi di riso.

Quando ho iniziato il liceo, con lo studio andavo bene, e non sono mai mancato a scuola.

Ma la mia quotidianità è cambiata quando mio padre ha iniziato a frequentare amici che lo hanno portato sulla cattiva strada, con i quali ha iniziato a bere tutti i giorni.

Poco tempo dopo, ho scoperto che frequentava un'altra donna, tradendo mia madre.

Il dolore è stato talmente forte che, da quel giorno, ho cominciato ad essere ribelle, a non andare più a scuola, a frequentare una gang, ad abusare di alcol.

Quando mio padre venne a sapere della mia espulsione e della gang, non la prese bene, si arrabiò al punto che scappai per la paura, andando a casa della mia ragazza dell'epoca tutto ubriaco.

Mio padre e mio zio mi cercarono ovunque e quando mi trovarono mi obbligarono a decidere se continuare a studiare o andare a lavorare.

Decisi di andare con lui a lavorare nei campi, anche se la sera andavo a giocare d'azzardo con i miei amici usando sostanze, spendendo ogni volta tutti i soldi guadagnati, arrivando addirittura a vendere il riso di nascosto da mio padre.

Un anno dopo riprovai a studiare in un'altra scuola dato che nella precedente mi avevano cacciato, ma anche lì, poco dopo lasciai, non avevo più voglia di studiare.

Dopo un anno mia madre, vista la situazione, portò me e mio fratello con lei in Italia dove è iniziato un nuovo capitolo della mia vita, che vi racconterò, magari nel prossimo articolo.

Un capitolo che ha cambiato totalmente il mio modo vedere le cose su me stesso e gli altri

Aries (protagonista di un'altra vita)

ON THE ROAD

Nascono legami che vanno al di là del contatto fisico, della vicinanza e della vista. Percorrono strade invisibili, fino ad arrivare nella testa. Si diramano in tante viuzze chiamate: comprensione, "ascolto", telepatia, empatia, appartenenza. Quello che trasmettono è paragonabile a un amplesso mentale, coinvolgono talmente tanto da riuscire ad appagare ogni mancanza tangibile. È raro viverli ma, quando arrivano è bene farsi possedere, perché è molto facile conquistare un corpo, ma non altrettanto si può dire della mente.

Madoka Ayukawa

LA MIA PRIMA SPERIMENTAZIONE FUORI DALLA COMUNITÀ

Dopo più di un anno lontana dalla mia casa nativa, mi viene da pensare "Che bello l'odore del caffè che arriva in cameretta, insieme alle voci dei familiari, che mi coccolavano ogni giorno!".

E così cominciano a scendere le prime lacrime, riaffiorano tutti i ricordi. Ripenso a quando sono arrivata per la prima volta in questa struttura per tossicodipendenti, ricordo il dolore sul volto della mia famiglia quando si sono dovuti staccare da me, le lacrime che segnavano i loro visi.

Ho pianto ininterrottamente, ero molto spaventata, non sapevo cosa mi aspettasse.

Poi, piano piano, giorno dopo giorno, ho cominciato ad elaborare.

Sono riuscita ad entrare in Comunità. Sto raggiungendo traguardi importanti.

Ma ancora i miei cari mi mancano tantissimo.

Qui ho trovato la pace interiore, soprattutto con l'aiuto degli operatori, ma anche grazie a tutti i ragazzi che vivono la mia stessa situazione.

Ho imparato ad aprirmi sempre di più, ed a tirare fuori tutte le mie emozioni.

Durante il mio percorso in Comunità ho avuto modo di riflettere su tante cose della mia vita e del mio modo di essere.

Ho dovuto imparare a stare da sola, a riconoscermi la capacità di prendermi cura di me, ma soprattutto a valorizzarmi... Anzi su questo ci sto ancora lavorando!

Ho rivalutato il valore dell'amicizia vera, quella senza secondi fini, quella sincera di chi ti vuole bene veramente, quella del "vai bene così come sei".

Sto provando emozioni forti, mai provate prima. So che ancora la strada sarà lunga e faticosa ma io ce la voglio mettere tutta, e voglio uscire da questo tunnel buio.

Voglio prendere in mano la mia vita e voglio essere felice!

Erica (tessitrice di legami)

ON THE ROAD

Tra tutti i sensi che ha l'amore, il più bello è il senso di appartenenza.

Fabrizio Caramagna

LA MIA QUARANTENA

La mia quarantena è durata sedici giorni.

È stata lunga: ogni volta che ripetevo il tampone con la speranza di risultare negativo, la delusione era tanta.

Le giornate erano molto noiose, e la routine quotidiana sempre la stessa: portavo i cani a fare le loro passeggiate, pulivo casa e cucinavo per il pranzo e la cena.

Quando mi mettevo ai fornelli erano gli unici momenti in cui ero più sereno e allegro, perché mi piace farlo e ci metto tanto amore ogni volta, anche se mi ritrovavo a cucinare solo per me.

La compagnia di Lola e Berna (i miei pelosi) è stata fondamentale per tirarmi su il morale, anche perché oltre un po' di depressione, dovuta alla situazione che mi stavo vivendo, mi sono arrivate delle brutte notizie in quei giorni.

Mia cugina ha subito un intervento importante, ed un mio amico ha avuto un lutto in famiglia. Ma la notizia che più mi ha addolorato è stata la morte di Shimir, il mio amato cavallo.

Erano una trentina d'anni che ce l'avevo e ho tanti ricordi bellissimi con lui, il

fatto di non poterlo vedere per l'ultima volta mi ha colpito ulteriormente.

Sono stati giorni intensi, in cui mi è mancata tanto la vita in Comunità.

La distanza forzata mi ha fatto dubitare che fossi in grado di riprendere il percorso.

È stato un pensiero veloce, rientrato appena ho ripensato agli anni in cui ho fatto uso di sostanze, a come mi sono trattato e buttato via. non ho potuto fare a meno di ricordarmi quanto fossi stato fortunato ad incontrare sulla mia strada Villa Maraini ed, in particolare, la Comunità.

Ho pensato tanto anche ai miei genitori e a quanto hanno fatto e stanno facendo per me, e non a caso mi ha colpito piacevolmente una frase sentita in una trasmissione tv in cui si diceva "Tutto è grande se l'amore è grande".

Ciò che mi ha fatto stare un po' meglio, in quegli alti e bassi, sono stati i contatti con i miei compagni di percorso, le loro parole, le loro sorrisi, i collegamenti in videochiamata per le riunioni...

Sentire di appartenere e avere la percezione di essere importante sono stati la mia stampella di quei giorni.

Finalmente il 13 luglio sono rientrato in Comunità, dopo quindici lunghi giorni, ed è stato veramente emozionante. Ho avuto una bella accoglienza e tanti splendidi rimandi che mi hanno riempito ed emozionato.

Ho ritrovato il mio gruppo!

Vorrei finire questo racconto con una frase che mi ha scritto una mia cara amica che mi ha commosso davvero: " Dolce e caro, Fabio, non arrenderti mai, perchè quando pensi che sia tutto finito, è il momento in cui tutto inizia".

Fabio (dal cuore d'oro)

ON THE ROAD

"Rinascere, "rialzarsi", "riscattarsi", "ripartire". Senti come suonano bene, profumano di coraggio e di possibilità.

Fabrizio Caramagna

IL CAMBIAMENTO

È facile pensare al futuro.

È più difficile creare il futuro oggi.

Anche io voglio cambiare tante cose nella mia vita. Tante già le ho cambiate, altre no. forse perché cambiare è tanto faticoso e va contro natura.

Posso continuare a ripetermi che un giorno cambierò le cose oppure posso scegliere di cambiarle ora. Non devo fare un grande cambiamento, solo uno piccolo.

Ogni giorno per cambiare il mio destino occorrono piccoli passi per avvicinarmi sempre di più a quello che desidero.

È facile non iniziare, ma è anche troppo doloroso non iniziare quando prendi consapevolezza del tempo che passa e della vita che ti fugge tra le dita.

Per ogni giorno che vivo farò un altro passo ed oggi potrà essere il giorno che cambia tutto per me.

Potrebbe essere il giorno in cui ho deciso di vivere ora e non dopo, il giorno che plasma il mio destino, il giorno che fa la differenza.

Non è semplice affrontare con serenità sfide e cambiamenti che la vita ci

costringe ad attraversare. Restare incastrati nella crisi che questo momento di passaggio comporta È rischioso perché anziché trasformare le difficoltà in possibilità e scoperte di nuovi e sani modi di essere, restiamo intrappolati nell'illusione che tutto è rimasto come prima.

Considerare la crisi come momento di passaggio può rendere illuminante questo momento per l'evoluzione della nostra esistenza.

Purtroppo molte delle nostre scelte sono guidate dalla paura di sbagliare e non dalla libertà di esprimere noi stessi.

Nei momenti di passaggio siamo spaventati nell'affrontare il nuovo perché è ignoto e imprevedibile, e lasciare il vecchio a cui siamo affezionati perché c'è noto e familiare.

Grazie alla mia permanenza in Comunità posso dire di essere una persona molto diversa dalla Ilenia di una volta e non smetterò mai di ringraziarmi per tutti gli sforzi, l'impegno e la tenacia che ho impiegato per raggiungere questo obiettivo anche se sono cosciente che la strada davanti a me è ancora lunga, ma sono pronta a metterci tutta me stessa perché il mio desiderio è quello di poter vivere una vita serena, in pace con me stessa e con chi mi vuole bene.

Se il cambiamento che ho fatto da venti mesi a questa parte mi ha portato ad essere la persona che sono oggi, una persona buona comprensiva, sincera, pronta sempre ad ascoltare chi ha bisogno di aiuto, una figlia disciplinata e una buona madre, posso solo immaginare che persona splendida potrò diventare a fine programma.

E questo mi dà la forza di insistere.

Ilenia (donna in rinascita)

ON THE ROAD

E tutte le vite che abbiamo vissuto e quelle che dobbiamo ancora vivere sono piene di alberi e foglie che cambiano.

Virginia Woolf

IO, IL MATRIMONIO E I MIEI RAGAZZI

Mi sposai il 25 luglio del 1998 nella bellissima chiesa di San Giuseppe dei Falegnami, a Roma, vicino piazza Venezia. Erano già anni che facevo uso di sostanze, principalmente cocaina, per cui il giorno del mio matrimonio ero ben fornito.

Ricordo che quella mattina mia sorella, vedendomi strano, mi chiese se ero convinto di sposarmi. Le risposi di sì, naturalmente mentendo.

Nonostante tutto, fu un bel matrimonio, ho bei ricordi di quel giorno e anche del viaggio di nozze in crociera.

Anche quando nacque il primo figlio lo ricordo con grande gioia.

Ma alla gioia si unirono anche tanti problemi.

Non solo tra noi come coppia ma anche complicazioni con i figli. Oggi mi rendo conto che erano problemi, più o meno gravi, che ogni genitore si trova a dover affrontare.

Ma quando non stai bene tu, non puoi star bene da nessuna parte.

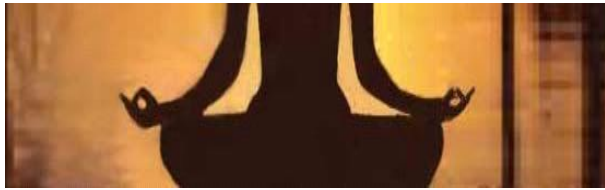
Le sostanze non mi hanno mai abbandonato... O meglio, non le ho mai lasciate.

Continuavo una vita sregolata tra alcol e cocaina, e tante altre scelte dannose e non rispettose né di me né di nessun altro, tanto meno della mamma dei miei figli.

Il punto di non ritorno non tardò ad arrivare e tutto peggiorò. Rischiai più volte di morire, fin quando non ho capito che mi serviva un aiuto, e con il sostegno delle mie sorelle, sono arrivato finalmente a Villa Maraini dove mi sto salvando la vita.

Umberto (viaggiatore di nuove terre)

SPORTIVA-MENTE



Ci si può drogare di cose buone... E una di queste è certamente lo sport.

Alessandro Zanardi

NON VEDEVO L'ORA DI FARE SPORT!

Da piccolo non avevo mai giocato a pallone. Quelle volte che ci giocavo diventava sempre un incubo. Ero quello che non era bravo. "Aho, ma che c'hai i piedi storti?". "Giochi come una femmina." Ero divorato dall'ansia, venivo preso in giro per qualsiasi cosa. E poi la piscina. Amo l'acqua, ma al tempo stesso lì il problema era il mio corpo che non era uguale a quello asciutto di tutti gli altri ragazzini. Anche lì soffocato dall'ansia. Eppure in un qualche modo ero bravo. D'altronde ero nel mio periodo in cui dovevo essere sempre bravo. E l'ansia vinse anche lì. Esasperato dall'ossessione del dover essere sempre bravo e dal non avere un corpo longilineo.

Amavo e amo ballare. Era la fine delle medie. Via con la breakdance. Un bel gruppo, prevalentemente ragazze, ma c'era anche il mio compagno di classe "Jalil". Eravamo gli unici due ragazzi. Jalil era un ragazzo di origini marocchine, una mamma dalla pelle dorata e un papà ingegnere, classico businessman italiano. Stavamo sempre insieme, era speciale. E nutrivamo questa nostra amicizia di nascosto, con

affetto e dolcezza. Ma anche con i primi impulsi.

Ma torniamo alla danza. La breakdance, lo sport libero per eccellenza, che rompeva i giudizi e i pregiudizi, mi soffocava di ansia. C'era Alex, l'insegnante. Bello, per carità. Ma che si divertiva a schernirmi, schernirci con le solite parole dette a caso che diventavano ogni volta un coltello che mi trafiggeva.

Dette sottovoce, dette di fronte a tutti. L'ansia della danza mi soffocò per due anni. Io amavo veramente ballare. Ma non ce l'ho fatta. Era tutto troppo. Ero consumato da tutte le offese che avevo ricevuto per anni. Ero praticamente diventato inetto di fronte la qualsiasi.

E poi, invece, dopo anni di rifiuto di qualsiasi sport, mi sono convinto a giocare a pallone, proprio qui, in Comunità. La squadra più strana di cui abbia mai fatto parte! L'ansia mi accompagnava mentre scendevo le scale per arrivare al campo. Ma era un'ansia più dolce.

I tipi strani di quella squadra però, mi incoraggiavano. Mi davano fiducia. Mi facevano sentire parte della squadra. Mi consideravano. Ero parte del loro gioco. Ed io giocavo con loro.

E in quel momento il sorriso tornava sulle mie labbra andando a ridare voce a quella ferita sanguinolenta che mi aveva accompagnato praticamente tutta la vita. Non avrei mai creduto fosse possibile per me non vedere l'ora di giocare a pallone.

La stessa cosa è accaduta con lo yoga. Con un ex-fidanzato insegnante di yoga (e si ogni tanto c'era anche l'amore dopo le pratiche), mi sono dedicato anche allo yoga. E sì, anche quello da solo, a casa. Con mezze pratiche mal riuscite. Perché anche per lui non ero proprio bravo a fare yoga. E anche con lui passò subito la fantasia.

Però mi piaceva la pratica, mi piaceva respirare, mi piaceva sentirmi con le spalle dritte. Tutto discontinuo senza mai

riuscire a praticare ogni giorno. Una volta sì, una volta no. Addirittura mia madre fa yoga due volte a settimana. Cioè. Sono alla fine.

Eppure sono riuscito a sintonizzarmi sempre con quei tipi strani di prima. È rassicurante andare all'unisono, è piacevole ascoltare le voci che dolcemente si incontrano nelle parole dei mantra. È curioso ascoltare il rumore dell'aria che si sposta attorno a me, a sua volta spostata dai movimenti dei tipi strani. È divertente ascoltare anche il ronfamento yogico dei più arditi.

È veramente bello dopo tanti anni non vedere l'ora di fare sport.

Daniele (la riscoperta del suo essere sportivo)

"LEGGERE" TRA PAROLE, SUONI ED IMMAGINI



La musica è una vera magia, non a caso i direttori hanno la bacchetta come i maghi.

Ezio Bosso

ROCK&DRUGS

Le sostanze stupefacenti sono state spesso e volentieri parte integrante della storia della musica. Gli artisti negli anni cinquanta (escludendo i musicisti di colore, perlopiù jazzisti, famosi per il loro genio musicale e, in tanti casi, per l'uso smodato di eroina) sono quasi sempre ben vestiti e cantori di buoni sentimenti e di una vita sana.

Con la nascita del *rock'n'roll*, prima, e della cultura hippie, poi, le cose cambiano in maniera netta.

Avviene una vera e propria rottura con il passato, nasce il mito *dell'enfant terrible*, che veste in maniera stravagante e vive al limite, spesso accompagnato dall'uso di alcool e sostanze stupefacenti. Per la prima volta viene ad esserci una cultura, e quindi anche una musica, scritta e suonata da ragazzi per ragazzi.

Si può facilmente capire come quasi in automatico l'uso esagerato di droghe, come gli allucinogeni, diventa un modo per andare contro la società bigotta e per tanti musicisti anche una fonte di

ispirazione.

Quindi, sì, le sostanze stupefacenti diventano spesso il carburante fondamentale per diversi artisti, ma anche causa di morte prematura per molti di loro.

La lista è lunga: Brian Jones dei Rolling Stones nel '69 si perde in un vortice di varie sostanze quando affoga nella sua piscina; Jimi Hendrix e Janis Joplin vengono ritrovati senza vita nella stanza di un hotel; il mitico *frontman* dei Doors, Jim Morrison, morto a 26 anni (come Hendrix e Joplin) per overdose d'eroina e barbiturici; Sid Vicious, icona punk e membro dei Sex Pistols morto ancora più giovane, a soli 21 anni.

Per capire ancora più a fondo il lato oscuro dell'uso di sostanze nel mondo della musica basterebbe leggere le biografie di alcuni dei musicisti più noti (ad esempio, i Red Hot Chili Peppers) che raccontano di vissuti pesanti ed estremi legati alla droga che però, a differenza di ciò che generalmente si pensa, non risulta essere un fattore di arricchimento per la musica in sé.

Ciò che invece fa la differenza è sicuramente il talento degli artisti una volta fuori dall'utilizzo delle sostanze. Vista la morte prematura di alcuni di loro, comunque, non sapremo mai se l'uso di droghe avrebbe costituito quella spinta in più per regalarci altri capolavori, o se invece sarebbe stata la causa del loro declino.

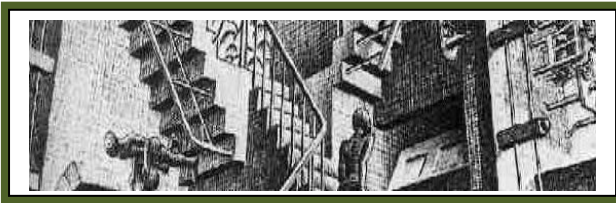
Un ulteriore esempio in favore del fatto che solo le droghe non bastano per creare dei grandi capolavori, sono tutti quei

musicisti, come me, che in comune con le grandi star più che il talento hanno solo l'uso smodato di sostanze, come se questo bastasse a renderci simili a loro. La realtà dei fatti invece è che la droga, spesso e volentieri, ti porta solo a suonare male, fare tardi alle prove, non rispettare scadenze, ecc. Per essere dei bravi musicisti quindi non serve avere a che fare con la droga, ma avere talento e amore per la musica.

Avere passione, costanza e fiducia. Una parte di me, da amante di quel mondo, vorrebbe tanto poter dire che le droghe servono alla musica ma per esperienza personale devo ammettere che la droga mi è servita solo a rovinarmi la vita.

Gianluca (cantautore di vita vera)

LIFE STYLE



Arte è quando la mano, la testa, e il cuore dell'uomo vanno insieme.

John Ruskin

L'ARTE PER ME

Io non saprei da dove iniziare per scrivere di arte, perché per me tutto è arte. Il mio amore nacque nelle scuole superiori, frequentando l'istituto d'arte Silvio D'amico, dove ho imparato varie tecniche come la pittura, il mosaico, l'affresco e così via.

Sono stati cinque anni belli e molto interessanti per me, ho imparato a intagliare le tessere per fare un mosaico, che è una tecnica per niente facile e che io amo particolarmente.

Ricordo che avevo un professore di Ravenna, e i più grandi mosaicisti italiani sono proprio i ravennati. Ricordo che all'esame di stato, come prova finale, a differenza di tanti miei compagni di classe che eseguirono cose molto classiche, io decisi di decorare una parete di una discoteca con pannelli di plexiglas dipinti con i colori primari, retroilluminati e sorretti da tubi cromati. Il risultato fu veramente

sorprendente, i colori si mescolavano fra loro, come il giallo e il verde che diventarono un blu stupendo, insomma ne fui molto orgoglioso.

Purtroppo per parecchi anni, visto gli impegni lavorativi e familiari, ho dovuto accantonare questa mia passione e per tanto tempo non ho ripreso più un pennello in mano, fino al giorno in cui qui a Villa Maraini, una tirocinante del CPA mi ha spinto a riprovarci.

È stato così che finalmente ho ripreso a dipingere, e da subito ho provato una sensazione di libertà e di gioia nel riempire di colori e di emozioni una tela bianca.

Questo mi ha ricordato una frase che dice "L' arte è l' espressione del silenzio", sì, perché un dipinto o una scultura non ti parlano, ma sei tu a parlare attraverso loro.

Oggi sto scoprendo che anche io, a mio modo, sono una tela su cui dipingere, su cui posso scegliere quali colori utilizzare e cosa disegnare.

Pino (pittore di natura viva)

LIFE STYLE

La bellezza del cosmo è data non solo dalla unità nella varietà, ma anche dalla varietà nell'unità.

Umberto Eco

PER UNA MANCIATA DI LIKE

Chiara Ferragni, nel 2009, con appena cinquecento euro di investimento e dopo aver ottenuto una certa popolarità sui social media con le fotografie di se stessa, fonda "The Blonde Salad", il suo blog dedicato alla moda che diventa di fatto la scintilla del fenomeno delle *fashion blogger*.

Come la Sig.ra Ferragni in Italia ma anche a livello globale, anche il filippino Bryanboy, l'inglese di origini cinesi Susie Bubble, Tina Leung, Anna dello Russo e tanti altri nomi iniziano ad apparire ai *photocall* di ogni sfilata. Si sentono i fotografi di *streetstyle* urlare il loro nome per strada immortalandoli in pose più o meno naturali, con *outfit* griffati dalla testa ai piedi.

È il fenomeno degli *influencers*, che invadono gli ecosistemi digitali delle piattaforme social, dal meno recente "myspace", passando per Instagram a Tiktok. Lo scopo? Creare contenuti, generare impressioni, *like*, reazioni. Avere un'opinione, essere rilevanti e costruirsi un'immagine.

E il mondo della moda passa così dalle supermodelle, Naomi, Linda Evangelista, Cindy Crawford e Claudia Schiffer - indiscusse icone di stile e di immagine - e dai giornalisti di moda propagatori di

informazioni libere sulle collezioni, alle *influencer* - una versione più "democratica" di questi/e, che con i loro milioni di *follower* si fanno largo nelle strategie di marketing di tutte le più grandi Maison di moda, da Gucci e Dior, a Valentino a Versace.

Di nuovo uno scatto in *total look*, un contenuto brandizzato, commissionato ovviamente, con un fotografo preso per caso tra i tanti profili Instagram. E via a colpi di *like* e reazioni. In trenta minuti più di mille persone hanno visualizzato e linkato la foto. L'algoritmo di Instagram esplose, attirando nuovi *followers* alla foto, al profilo, alla casa di moda. E via con lo shopping online: la foto si è convertita in vendita.

Eppure grazie a tutto questo effetto patinante e *glossy*, alla corsa ai *like* e alle foto sempre meno "originali" ma più legate ai canoni visivi e alle linee guida dei brand di moda, gli *influencer* iniziano a perdere *follower*. Ad avere sempre meno reazioni ed a non essere più rilevanti. Niente è più genuino. Le foto non trasmettono più l'emozione. L'*influencer* non converte più il *like* in vendita. Personaggi che non funzionano più, divorati dall'ego esasperato degli specialisti delle pubbliche relazioni.

Chiara Ferragni, l'insalata bionda, ha fatto della sua persona il marchio per eccellenza. Non a caso la sua vita e il percorso che l'ha condotta all'attuale successo planetario senza precedenti sono diventati uno dei più acclamati *case study* anche presso l'Harvard Business School di Boston, proponendo un vero e proprio modello di business. Nuovo. Contemporaneo. Certo un modello di business che si basa sul mero apparire. Un modello di business

che corrisponde poi ad un vero e proprio stile di vita.

E non è strano credere che ci si identifichi o si emuli quegli stessi comportamenti, lasciando che le proprie certezze, sicurezze e autostima dipendano da una manciata di *like*, o dal numero dei *follower*. Oppure che solo un certo tipo di immagini possano essere postate su Instagram per piacere, e compiacere queste identità virtuali e fittizie in cui riponiamo i nostri stati emotivi, la costruzione della nostra immagine. Un'immagine che seppure "redditizia" non corrisponde a quelli che sono i nostri reali bisogni o quello che veramente vogliamo essere. E continuiamo essendo fagocitati dalla nostra stessa immagine falsa e falsata, perdendoci completamente di vista. Dimenticandoci chi siamo all'interno di una *gallery Instagram*.

Daniele (influencer di se stesso)