

Nuovo giorno, nuova corsa
Vuoto e sospensione
L'arte di essere fragili
Quanto pesano le parole?

Indice

Nuovo giorno, nuova corsa	3
Vuoto e sospensione	9
L'arte di essere fragili	13
Quanto pesano le parole?	16
Ringraziamenti.....	22



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

Nuovo giorno, nuova corsa

Dopo alcuni mesi trascorsi al CPA, Andrea è prossimo a fare il suo ingresso in Comunità. Per questo, di seguito ha voluto raccontare cosa ha imparato durante questo percorso e come si sente all'idea di iniziare un nuovo percorso in comunità.

“Quando ho iniziato questo percorso, avevo una grande paura di restare di nuovo senza una casa. Nei giorni prima di entrare qui, mi sono ritrovato da solo nel mio negozio. Ricordo che cercavo di vendere qualcosa, ma non riuscivo. Poi è arrivata la lucidità e mi sono detto che se avessi continuato così, sarei rimasto da solo. Non sentivo più i miei; avevo visto mia madre due mesi prima, ma mi aveva solo dato una busta con due panini e mi aveva detto *'non farti vedere più'*.

Son arrivato qui senza conoscere il posto. All'inizio ho cercato di piacere a tutti: offrivo tutto, a partire dal tabacco, ed ero servizievole. Volevo piacere a tutti, ma nel frattempo mi sono tenuto tante cose dentro. Ero molto accondiscendente. Poi sono iniziati i primi problemi, i primi screzi, ci sono state tante dinamiche difficili e mi sono sentito molto a disagio. Non ero più capace di stare con gli altri da lucido.

Quando sono arrivato qui ero molto negativo. Ero molto malfidato verso il posto, ma quando vedevo cose che non mi andavano bene, non lo dicevo. Mi sono sempre fatto andare bene tutto senza affrontare le cose da uomo. Fin quando non è arrivato un giorno in cui c'è stata una svolta personale perché sono esplosivo. Tutto quello che avevo accumulato per via del mio atteggiamento falso e subdolo è venuto fuori. Ho rischiato anche di menarmi con gli operatori. Ho sparato ogni cosa che pensavo contro gli utenti, contro questo posto, contro gli operatori. Ho fatto un casino della madonna e ho cercato di tirarmi dietro anche il gruppo, di fare una battaglia del popolo contro questo posto. Ma il gruppo mi ha risposto dicendomi che stavo sbagliando. Magari certe cose erano pure giuste, ma ho sbagliato i modi e anche qualcosa di più dei modi. Dopo la mia sbroccata, gli operatori mi hanno dato un giorno di sospensione e la mia risposta è stata *'allora non vengo più'*.

Il giorno dopo mi sono ritrovato a casa da solo con i sensi di *(continua)*

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

colpa, come un coglione. Ce l'avevo con me per essere stato un falso, per non aver saputo creare un legame vero, per non aver saputo affrontare la cosa. Quel giorno sarei potuto restare a casa, tanto anche mia madre l'avevo convinta sul fatto che avevo ragione io; le avevo detto che da quel momento in poi mi sarei mosso da solo per entrare in Comunità. Ma poi mi sono detto: *'ma se non riesco a stare al CPA, come faccio a stare in Comunità? Mi devo prendere ancora per il culo? Tanto le situazioni del CPA ricapiteranno anche in Comunità'*. Lì mi sono detto che dovevo affrontare le cose e metterci la faccia.

Così sono tornato qua, ho chiesto scusa e mi sono preso altri giorni per riflettere. Sono tornato il Lunedì successivo e ho cercato di iniziare a dire le cose che pensavo senza tenermele in mente, per imparare a tirare fuori la mia personalità e la mia dignità perché non essere in grado di esprimersi è brutto. Ho tirato fuori anche la mia umiltà perché chiedere scusa non è semplice. Mi sono vergognato. Credo ancora di avere dentro le stesse dinamiche che mi hanno fatto sbroccare, ma da quel giorno ho iniziato a parlarne con gli operatori e con i ragazzi. Tornando indietro, penso che quella sbroccata mi abbia permesso di fare un passetto. Quindi forse la rifarei. Tra l'altro penso che potrebbe ricapitarmi di sbroccare in quel modo. Infatti, vorrei riuscire a non reagire di nuovo in quel modo. Vorrei imparare a dire le cose in modo responsabile, senza pensare che devo piacere a tutti. Che poi questa cosa di piacere

a tutti è un ruolo insostenibile. Non posso pensare di essere sempre servizievole, sempre disponibile, sempre pronto a dare consigli, sempre pronto ad ascoltare. Probabilmente per queste problematiche che ho nei rapporti sociali faccio anche fatica ad affezionarmi e a volere bene alle persone perché per me vivere le persone è pesante in questo momento. Quindi la mia testa dice o è la vita ad essere impegnativa e quindi devo imparare a rivivere le emozioni, o devo risolvere qualcosina per imparare a stare di nuovo bene con gli altri. Credo che il problema sia (*continua*)



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

imparare ad aprirmi perché appena parlo con qualcuno, penso subito a cosa dire per piacergli. Non sono naturale nel mio atteggiamento perché penso troppo a cosa dire e a come. Purtroppo una critica mi distrugge. Se qualcuno mi dice qualcosa, faccio finta di accettarla, ma in realtà rosico, anche se sono d'accordo e anche se so anche io che quella cosa fa parte di me. Sono molto emotivo. Diciamo che quello che devo imparare a fare è far convivere la mia parte che vuole presentarsi bene e la mia parte che prende e scoppia.

Io ho vissuto in una famiglia che da fuori sembrava un quadretto. Eravamo abbastanza benestanti, tutti vestiti bene e tutti carucci. Ma dentro casa ci sono state cose che sono andate dritte per mio fratello e storte per me. Ho preso un sacco di botte, un

sacco di legnate e più ne prendevo, più ne volevo da mia madre. Lei ha sempre fatto tutto per me ed è sempre stata molto severa con me. Le ho dato parecchi problemi e magari se fossi nato oggi, avrebbe trovato altri modi e altri mezzi migliori per gestirmi. Diventavo aggressivo verso quello che invidiavo e che pensavo potesse scavalcare la mia presenza. A volte, quando mia madre e mio fratello litigavano, io mi mettevo in mezzo per prendere le botte e per stare al centro dell'attenzione. Volevo sempre essere accudito, volevo sempre ricevere attenzioni e ancora oggi è così. A casa mia non c'è mai stato un abbraccio e nemmeno li volevo. Ieri, invece, ho abbracciato mia madre dopo tantissimo tempo e lei mi ha detto *'non ti vergogni più di abbracciarmi ora?'* e io le ho detto di no.

Un'ultima cosa voglio dirla a voi due, Lucrezia e Luca. All'inizio ho fatto difficoltà con voi due ad aprirmi. Poi mi avete fatto sbloccare. Ma all'inizio mi sono sentito bloccato perché vedevo gli altri che parlavano con voi due e io non ci riuscivo. Quando vedevo Emiliano che parlava con Luca, Lucrezia che rideva e scherzava con tutti... soffrivo molto di non riuscire ad aprirmi. Poi è successo qualcosa. Non ricordo se sono stato io a parlare o voi a farmi un sorriso in più. Ma pian piano mi sono sciolto ed è caduto quel muro che ho davanti. Quindi, vi volevo ringraziare per il lavoro che *(continua)*



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



abbiamo fatto qui perché durante questo laboratorio abbiamo affrontato tante tematiche importanti. Le volte in cui riesci a starci con la testa fai un bagaglio di esperienze e la vostra gestione del gruppo è molto umana. Ci avete accompagnato e avete una modalità di dirci le cose molto accogliente. Basta vedere quanto siamo cresciuti: all'inizio eravamo quattro gatti, mentre ora siamo venti, venticinque persone. Vi ringrazio per il lavoro che fate e di quanto siete umani e sensibili perché ci vuole tanta sensibilità controllata per fare questo lavoro fatto bene. Vi sono grato per quello che avete fatto per me. Le cazzate che avete sentito voi sono veramente tante”.

Andrea CPA

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

... *pensieri in orbita* ...

Dopo aver ascoltato l'esperienza di Andrea, alcuni utenti del CPA hanno voluto esprimere il proprio pensiero al riguardo.

“Credo anche io che Andrea sia molto emotivo e che allo stesso tempo abbia paura di sbagliare. Gli piace essere preciso e cerca sempre di non ricevere critiche. Questa forma di autodifesa alla fine ce l'abbiamo tutti. Eppure, io credo che Andrea in realtà sappia come presentarsi bene. Non è facile chiedere aiuto e nemmeno parlare di se stessi. Faccio tanti auguri ad Andrea. È una persona che sa stare, nonostante le sue difficoltà. Ha una famiglia dietro che lo sostiene e ha già un bagaglio di esperienze importanti. Spero che sfrutti questa esperienza al meglio”.

Michelangelo CPA

“Andrea mi ha aiutato tanto. Ha cercato sempre di calmarmi e anche ieri mi ha dato consigli importanti. Mi è stato d'aiuto fin dal primo giorno. Mi ha rotto i coglioni da quando sono entrato e per questo lo ringrazio. Lo porterò con me e porterò con me i consigli che mi ha dato. Sono contento che continuerà il suo percorso”.

Thomas CPA

“Ho parlato molto con Andrea in questi ultimi tre giorni e mi piace il modo in cui ascolta. Gli ho detto cose del mio passato e penso che ascoltare sia un punto forte di lui. Non interrompe, ascolta tutto e poi dà il suo parere. Credo che questa cosa dell'ascolto sia un suo punto di forza”.

Giacomo CPA

“Oggi Andrea mi ha chiamato 'cagacazzi' e ne sono stato contento. I primi giorni mi teneva a distanza, mentre poi ci siamo avvicinati. E credo che dirmi cagacazzi significhi che un po' mi ha conosciuto nonostante il poco tempo”.

Ivo CPA

(continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Io e Andrea ci siamo confrontati un po' di volte, soprattutto nell'ultimo periodo. In lui mi ci rispecchio per tante cose e ogni volta che abbiamo avuto un confronto, ho trovato qualcosa su cui poi riflettere. Mi ha sempre portato un passetto in più avanti. Mi dispiace che andrà via, ma sono contento”.

Giordano CPA

“Una cosa che mi ha colpito del discorso di Andrea è stata quando ha detto che è venuto qui perché non sapeva dove andare. Anche io sono arrivato qui per lo stesso motivo e ancora adesso è dura. Ma sono contento che ora stia per partire e spero di raggiungerlo presto”.

Massimiliano CPA

“Andrea ha una grande fortuna ossia avere una famiglia. Ha tante cose belle di cui andare fiero. Ora se le deve solo riprendere. A differenza di altra gente, non sta da solo e si deve sempre ricordare che ha una grande fortuna fuori da qui”.

Nando CPA

“Io, Andrea, lo conosco da tempo e l'ho visto in tutte le sue fasi. L'ho visto ricadere e ogni volta non ci credevo perché l'ho visto sempre sul pezzo. L'ho visto anche sbroccare. Mi sono affezionato a lui e quando ha raccontato la sua storia, mi sembrava di sentire la storia della mia vita. Mi sono rispecchiato in tante cose e capisco i pesi che si porta. Gli faccio un grande in bocca al lupo e sono certo che ce la farà. Ha il carattere per riuscirci. Gli faccio tanti auguri e gli voglio dare un grande abbraccio. Mi mancherà”.

Massimiliano CPA

“Io e Andrea parliamo da poco, ma fin da subito ne ho apprezzato l'educazione e la determinazione. Sono meravigliato dal suo modo di fare. A volte sembra che non abbia passato quello che ha passato. Mi dispiace di averlo conosciuto per poco, ma sono contento che vada a risolvere quello che deve. E sono certo che ci riuscirà”.

Gianluca CPA



Vuoto e sospensione

Per chi affronta un percorso terapeutico di disintossicazione dalla sostanza i momenti di vuoto e di noia possono essere una sfida difficile da affrontare. Per questo alcuni utenti hanno voluto raccontare come hanno vissuto il mese di Agosto tra alti e bassi, un periodo solitamente diverso per il CPA di Villa Maraini.

“Ad Agosto di cose positive ce ne sono state tante, anche se non ci sono stati i gruppi. Ho dovuto trovare delle alternative per riempire il mio tempo e per non stare sempre agganciato ai gruppi. Ci sono riuscito e riuscirci è stata una grande soddisfazione, nonostante Agosto sia stato un mese molto difficile a causa del lutto di mio zio, i problemi con il braccialetto e altre cose... Un'altra cosa buona è che sono nove mesi che sto qui e sono contento. Mi sto recuperando. La forza c'è e ce l'ho per fare tutto il possibile.

Tra le cose negative c'è stato il problema dell'alloggio, ma stare per strada un'altra volta mi ha fatto capire meglio il perché di certi atteggiamenti e mi ha fatto anche rendere conto che certi atteggiamenti che prima avevo adesso non li ho più. Prima, infatti, per la prima cazzata andavo a prendere un pezzo e fumavo. Ce li ho avuti momenti brutti brutti in questo mese, ma sono riuscito a non fare niente. Il rapporto con la famiglia sta andando bene, anche se mamma sta poco bene. Sto facendo di tutto per stringere i denti ed entrare in Comunità perché ci voglio andare, ne ho bisogno e mi voglio riprendere la vita in mano dopo mesi, anche se la vita di prima ha cose che non voglio più ora e so che devo andarci con calma. Ammetto che ancora la mattina è sempre una lotta. *‘Ci vado o non ci vado a Villa?’*. Però alla fine vengo qui. In nove mesi non sarò venuto quattro o cinque volte. Quindi tutto sommato sono contento”.

Massimiliano CPA

“Agosto, io l'ho passato bene e male. Il 2 Agosto sono riuscito ad entrare qui al notturno ed ero molto contento. Poi la prima Domenica del mese ho ricevuto una telefonata e lì ho avuto un crollo, cioè sono ricaduto (*continua*)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

con tutte le scarpe. Mi sono bevuto un paio di birre e sono venuto qui. Se ne sono accorti subito. Mi sentivo sporco e ho raccontato tutto. Così sono stato sospeso e sono andato in mezzo alla strada, dato che ho perso i contatti con mia sorella e con una mia amica che mi aiutava. Per alcuni giorni non ho telefonato. Poi per strada mi hanno rubato soldi e vestiti e lì ho richiamato Villa. Mi è stata fatta una capoccia così dagli operatori giustamente e da lì ho capito che mi devo proprio muovere. L'11 Agosto ho avuto il colloquio con il SERD per entrare in Comunità il prima possibile perché non è possibile che appena sto un giorno da solo, faccio i danni. Quindi ho conosciuto un operatore della Comunità 'Incontro', abbiamo fatto delle videochiamate, ho fatto i test al SERD e mi è stato dato tutto l'elenco di tutte le visite che devo fare. Questa settimana ho altri colloqui e sto cercando di stringere i tempi. Sono sei mesi che sto qui e me ne voglio andare. Forse se non fossi ricaduto, mi sarei sbraccato. Invece, due giorni per strada mi hanno fatto dire *'hai 52 anni, non sei più un ragazzino, vatti a curare'*.

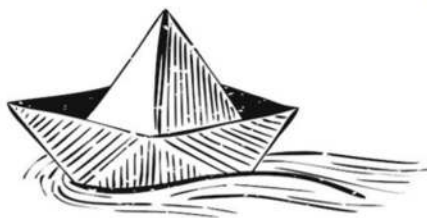
Quando ho ricevuto la prima chiamata dalla Comunità, ho provato un'emozione fortissima. Mi sono sentito ricostruito dentro e non ci potevo credere. Io sto entrando in Comunità per me stesso, ma soprattutto per creare una famiglia. Non dico avere figli perché ormai sono grande, però vorrei una donna, vorrei condividere cose con qualcuno e costruire qualcosa. Mi voglio curare anche per questo e sono consapevole che non posso perdere più tempo. Non è tardi per curarsi, ma nemmeno presto. 52 anni è un'età critica. Che poi questa merda non viene mai curata del tutto perché anche dopo anni senza usare, ti torna in testa. Il pensiero ritornerà sempre, ma a quel punto avrò delle alternative e delle strategie. Quando sono arrivato qua, stavo proprio male. Ma ora si stanno muovendo tante cose che mi stanno rendendo più consapevole e più serio. A volte ancora mi isolo e ho tante paure, anche legate alla Comunità.

Però, come si dice, *'se non assaggi, non puoi dire che non ti piace'*.

Mirko CPA



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



“Prima di parlare di me, voglio aggiungere una cosa per Max. Nel suo momento di difficoltà mi sono permesso di ospitarlo a casa mia. Sono stato molto ripreso dagli operatori su questa cosa, ma sono stati i giorni più belli di Agosto. Ci siamo fatti compagnia, abbiamo mangiato insieme, abbiamo riso, abbiamo visto film insieme e questa cosa, anche se non si poteva fare, mi ha fatto bene.

Per quanto mi riguarda, invece, Agosto è stato un mese costruttivo perché sono stato messo molto alla prova dalla mancanza dei gruppi, dei laboratori. Ci sono state tante discussioni e tante persone si sono sparpagiate; tante persone non sono più venute e siamo stati messi tutti alla prova. Dal mio canto io sono sempre venuto. Ho mantenuto e mantengo tutt'ora la mia determinazione. Oggi sono tre mesi che non tocco nulla e tre mesi da quando frequento questo posto. Non sono Superman e ho 31 anni di dipendenza sulle spalle. Molti mi vedono sicuro, mi dicono che ce la posso fare, ma anche io ho ancora qualche mostro che mi passa davanti, soprattutto perché vivo da solo.

Altre cose belle che sono successe sono che il 20 Agosto mia figlia ha fatto 18 anni e che oggi ho iniziato anche il percorso con il SERD. Mi hanno dato subito altri appuntamenti e in questa settimana farò i colloqui con la Comunità di Villa Maraini. Ho fatto colloqui con Vanni, con Camilla, con mio padre... Abbiamo vagliato tutte le possibilità e ho fatto le mie scelte. Ora riesco ad andare al supermercato e a passare davanti alle corsie di alcolici tranquillamente. Ho fatto uso di tante cose e per me era nato un ciclo: iniziavo con le canne, poi bevevo e poi dovevo necessariamente chiudere con la cocaina. Il pensiero c'è, ma prendo la forza da questo posto, da molte persone, dalle mie figlie. Cerco di non pensare al lavoro che mi ha segnato molto e che non credo di voler fare ancora. Facevo il tecnico della Mile. Ma comunque ora non è il momento di pensare al lavoro.

Villa Maraini mi ha aiutato tanto, soprattutto per la solitudine più che per la sostanza. Per me la sostanza è sempre stata *(continua)*

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

'non mi va di stare da solo' e la depressione da solitudine è la prima cosa con cui sto combattendo”.

Gianluca CPA.

“Ma solo io mi sento vulnerabile? Tutti che parlano di coraggio, di cose belle, di traguardi. Io mi sono fatto 30 anni di carcere, mi sono pippato cinque appartamenti e questa vita non te la scordi facilmente. Non ho più famiglia e sono solo. Non riesco a smettere di pensare a cosa farò stasera appena sarò uscito da qua. Tutta questa sicurezza non ce l'ho. Sono ricaduto un'altra volta e, la mia forza, mi sembra di averla persa. Sto vivendo una vita di merda e faccio sogni brutti tutte le notti. Che poi io ho sempre fatto una vita di merda... Ho iniziato a fare i primi reati a dieci anni e non sono proprio abituato a una vita normale. Sono cresciuto in questo modo e sono capace solo a fare certe cose. Non è facile per niente. Ho sempre rischiato la morte. Di uccidermi non ho coraggio, ma a farmi scoppiare il cuore sì. Ad Agosto mi sono proprio sentito perso e ora mi sento una nullità”.

Fabio CPA

“Questo mese io mi sono concentrato a pensare a quello che devo fare con il SERD. Ho cercato anche di trovare qualche lavoretto. Ho preso la mia terapia e non mi sono mai drogato. Gli altri si complimentano con me e questa cosa mi fa stare bene. Anche fisicamente mi vedo bene, anche se mentalmente continuo a non stare benissimo. Soprattutto tendo a dimenticare le cose, oltre al fatto che ancora parlo poco. Ho pensato a tutto questo. In generale la Domenica ancora la passo male, ma questa Domenica sono andato a pesca con mio padre dopo anni e lui si è messo a piangere per la gioia. Mi sto vivendo emozioni belle nonostante tutto. Cerco di non ripetere gli errori del passato, ma soprattutto voglio parlare di oggi, di quello che sto vivendo di bello oggi. Voglio continuare così. Domani ho altri esami per la Comunità. Ho altre cose che devo fare, la pigrizia ancora vince a volte, ma anche questa cosa la devo combattere”.

Mirko CPA



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

L'arte di essere fragili

Quali sono le tue insicurezze e come ti comporti di fronte a loro?

“Le insicurezze possono portarti sia a fare cose giuste che cose sbagliate. Di insicurezze ne ho ancora tante, tipo quella di andare in Comunità perché mi mette paura. È un'insicurezza che devo combattere. Io tendo a mettere da parte le insicurezze, invece devi combatterle perché se sei insicuro c'è qualcosa che non va e ci devi lavorare. Magari sei perché debole di carattere, magari perché tendi a non affrontare. Per me insicurezze e paura vanno a cavallo.

Una mia insicurezza è che non so se riuscirò ad affrontare la Comunità. Adesso da lucido vedo cose che prima da fatto non vedevo. Ho paura di entrare in Comunità perché è una cosa nuova. Insicurezza di non farcela. Insicurezza di innamorarmi di una donna che possa portarmi a fare cose che non vanno bene. Insicurezza di chiamare qualcuno amico.

Quando sono entrato qui ero disperato e impaurito. Qui ero entrato già un anno fa ma dopo un mese me ne sono andato dicendo di essere guarito. Infatti quando sono tornato avevo paura di rifare la stessa cosa, ma non l'ho fatto perché voglio continuare a essere lucido. Essere lucido deve diventare la mia nuova droga.

In Comunità ci voglio andare per rimettermi in forma mentalmente e fisicamente. Ci voglio andare per studiare nuove cose. Come ho detto, ho delle insicurezze e delle paure che mi destabilizzano, ma se non provi, non vedi. È come quando ti mettono davanti un piatto di pasta: come fai a dire che non ti piace se non l'assaggi?

Sono sei mesi che sono uscito dalla routine della droga. Per me ora è tutto nuovo e nonostante io abbia iniziato tardi a drogarmi perché avevo 27 anni, io non sono mai stato lucido. Quest'anno ho fatto il mio primo compleanno da lucido qui e ho visto gli occhi della gente. È stato bellissimo. Allo stesso tempo mi chiedo 'chissà se il prossimo anno sarà così?'. Combatterò affinché il prossimo anno sarà così”.

Mirko CPA

“Le insicurezze a me portano ansia e la paura di non saper stare in mezzo agli altri. Soprattutto in questi giorni provo questa cosa. Mi provoca fastidio stare in mezzo agli altri perché dopo tanto tempo sentire i nuovi che si vantano di drogarsi e di quello che hanno fatto non è semplice. Non è semplice (continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



per mesi sentire queste cose per chi si sta facendo il culo. Inizia a diventare pesante. Tra l'altro Sabato sono ricaduto, ma per altri motivi. Mi sento insicuro fin dalla nascita. La mattina mi alzo e mi dico *'che devo fare?'*. Non ho le idee chiare. Le insicurezze sono brutte e non sono facili da gestire. A volte evito i ragazzi per non farci i discorsi. Vado al mare e mi sento insicuro a nuotare. Attualmente ho il cervello offuscato da tanti pensieri”.

Massimiliano CPA

“Ognuno di noi ha delle insicurezze. Però io ho tanta sicurezza in me. Ho voglia di rompere il culo al mondo e arrivare ai miei obiettivi. Non voglio stare a sessant'anni qui dentro. Ho delle ambizioni da raggiungere e mò che sono lucido, so che sarà un percorso difficile e pieno di buche. Io ho intenzione di iniziare il TIA perché so di avere un problema e che voglio un futuro. Non voglio mollare tutto perché sono consapevole di avere una dipendenza. All'inizio non lo capivo e ci ho messo un po' ma ora so di aver bisogno di un aiuto. Ora voglio tornare a fare quello che facevo prima a livello economico, ma voglio fare anche un percorso. A trent'anni vivo ancora con mia madre, non ho un'indipendenza e mi guardo allo specchio pensando *'che cazzo stai a fare?'*. Io, invece, voglio un'indipendenza economica, ma allo stesso tempo so che se non mi espongo al rischio, non saprò mai a che punto sto. Sto cercando di evitare certi ambienti e certe persone, sto cercando di evitare di avere soldi liquidi perché non riuscirei. È un mese che non mi drogo ma allo stesso tempo economicamente mi devo sostenere. Mi piace essere lucido e mi sento pronto per tornare un po' alla vita di prima. Voglio crearmi una famiglia e non far vivere a mio figlio quel vuoto che ho vissuto io”.

Thomas CPA

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Io sono cresciuto nel rimprovero da parte di mio padre e questo mi ha fatto crescere insicuro. Tutt'ora c'è. Quindi ho sempre avuto insicurezze: riguardo judo, riguardo non portare a casa buoni risultati scolastici... Anche adesso quando ci parlo, quando mi dicono che mi sostengono, c'è sempre il 'eh, però...'. Ho sempre cercato da me di affrontare le insicurezze e a livello lavorativo da solo sono riuscito a fare molto. Poi sono rimasto deluso anche dalla mia ex famiglia: sono persone che mi hanno lasciato solo e lì sono caduto nella buca più profonda iniziando ad abusare di qualsiasi sostanza per colmare questa grande depressione. Ho cercato di rimanere sempre legato al lavoro e alle mie figlie. Mi sono indebolito per continuare a dedicarmi a tutto questo e sono entrato qui in carrozzina malato di neuropatia. Forse dovevo arrivarci prima a questa lucidità, però sto affrontando questo percorso con serenità. Mi mancava la presenza delle persone. Ho la macchina, ma vengo con i mezzi perché voglio stare in mezzo alla gente e anche se mi arrabbio con le persone, poi mi dico che questa è una reazione alla lucidità. È da quando ho quindici anni che non sono lucido. Credo di essere ancora all'inizio però. Questa serenità non mi spaventa e questa lucidità mi piace, sto cercando di inquadrarla giorno per giorno. Sono sempre felice di venire qui anche se stiamo con le braccia conserte perché ogni giorno questo posto ti lascia qualcosa, anche quando magari non ci sono gruppi. Paradossalmente il Sabato è il giorno che preferisco perché si parla di più grazie al fatto che non ci sono attività. Attualmente non ho progetti. Ho un ottimo rapporto con le mie figlie e ho il supporto della mia famiglia, anche se sta facendo dei sacrifici per mantenermi qui. La lucidità mi rende un po' più sicuro paradossalmente. Poi certo, le insicurezze ci sono sempre”.

Gianluca CPA



Quanto pesano le parole?

Fare uso di sostanze è ancora qualcosa che espone chi ne fa uso a ricevere giudizi di ogni tipo. Di seguito alcuni utenti del CPA hanno parlato di quali sono le peggiori etichette che si sono visti attaccare addosso e di cosa hanno fatto per gestire la discriminazione subita.

“Essere etichettati succede a tutti, anche se non sei tossico. Poco tempo fa mi è stato detto *'ma non ti vergogni ad andare in giro con il braccialetto?'*. Io ho risposto che i problemi sono loro. Se sto in pace con me stesso, perché mi devo nascondere? Non mi è mai fregato del giudizio degli altri, anche quando so che c'è stato. A me del giudizio degli altri non me ne frega. Se devo stare a sentire pure quello che pensano gli altri, cado ancora più in basso. Credo che tutti noi dovremmo guardarci prima allo specchio.

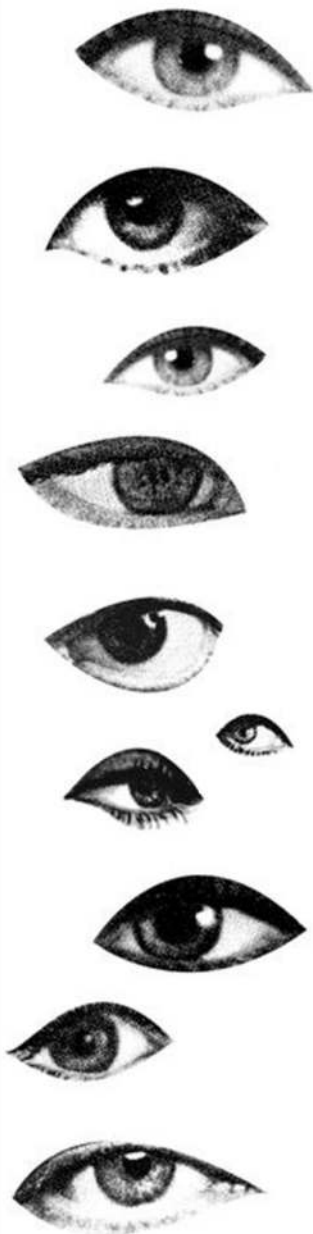
Quando sono venuto qui all'inizio, dormivo qui fuori e la gente mi giudicava. Invece, io sono orgoglioso di quello che ho fatto e di quello che sto facendo. C'è a chi può dare fastidio il giudizio, soprattutto in un momento di debolezza, e magari puoi anche fare una cazzata a causa dei giudizi. Però poi ti dici da solo che sei coglione se ti sei fatto per il giudizio degli altri. So di essere migliorato su questa cosa del giudizio degli altri. So di averci lavorato molto”.

Massimiliano CPA

“A me pesa soprattutto il giudizio delle persone che amo. Il giudizio di mia madre, della mia famiglia... Il fatto è che se so di avere ragione, non mi riesco a contenere e faccio terra bruciata. Il problema è che, anche se una cosa è giusta, ma per la società no, ci sono le ingiustizie. Ancora peggio è quando vivi in una città piccola”.

Domenico CPA

“A volte è proprio il pregiudizio che ti porta a ricadere. I segni addosso, i tatuaggi, il modo di vestire... La gente mi guardava in un modo che diceva *'sei un tossico'* con lo sguardo. Alcune volte questi giudizi *(continua)*



arrivano in un momento di debolezza e ti fanno ricadere, anche se non te ne è mai fregato niente. A volte mia nonna mi dice *'ma che ti sei fatto?'* quando mi faccio un nuovo tatuaggio. Lì per lì ci rido, poi mi chiedo *'chissà quante persone in metro mi hanno giudicato'*. Purtroppo il pregiudizio lo senti anche in una città come Roma, anche con uno sguardo. Ho sempre dovuto gestire questa cosa da solo. Non ho mai avuto nessuno. Andavo in giro con i punti sulle mani e la gente si scansava. Però con le parole della gente ci ho fatto il carburante per reagire, anche se a volte ci sono delle ricadute. È come se ogni giorno si aggiungesse uno sguardo in più da affrontare. Che poi qualcuno che parlerà male di te ci sarà sempre, anche se hai un milione di euro in banca, anche perché in quel caso diventa invidia. Io ho ventitré anni e so che non è bello vedere una ragazzino tutto sgarrato sulla metro, però *'sti cazzi, è così'*. A volte vivo male anche i complimenti, tipo *'come stai meglio, ti sei ingrassato! Hai smesso di drogarti?'*. Perché non posso semplicemente essere ingrassato perché mi piace mangiare? Anche il semplice dimmi *'ti vedo meglio'*, anche quella può essere una forma di giudizio".

Andrea CPA

"La prima volta che feci la Comunità mi chiesero *'perché ti droghi?'* e io rispondevo *'perché mi piace'*. Poi ho capito che lo facevo perché dentro avevo i draghi e perché non volevo vederli. Sono diventato anche cattivo e mi sono chiuso. Poi mi hanno spiegato cosa sono le emozioni e adesso so parlarne. Con il tempo inizi a capire tante cose di te stesso che possono diventare *(continua)*

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

scudi per non farti. Poi nel mio caso questo non è bastato, perché si sono accavallate tante cose. Eppure a 58 anni sto cercando di riprendermi la vita in mano. Quindi, quello che voglio dire a tutti è imparate a conoscervi e scoprite perché vi drogate. Il problema spesso è la famiglia che ci ha fatto del male, è tosta ammetterlo. La mia famiglia è molto strana e so di non aver avuto molta scelta dato che sono sempre stato in un ambiente malavitoso, ma comunque ho sbagliato.

A me del giudizio degli altri non me ne frega niente. Mi conosco. Il problema è che io mi giudico. Mi dico che non valgo un cazzo quando prendo decisioni sbagliate pur sapendo che erano sbagliate. Mi sono giudicato tante volte. L'unica cosa di cui mi preoccupavo erano i segni sulle braccia perché non mi piacevano e perché non volevo farli vedere agli altri. Anche quando andavo a cercare lavoro, dicevo sempre quello che avevo fatto. Poi se per gli altri era un problema, problemi loro. Sono sempre stato chiaro sui miei precedenti e ho sempre preferito che gli altri sapessero tutto da me piuttosto che scoprirlo”.

Cristiano CPA

“Qualche tempo fa mi è successo che stavo al bancomat a prelevare dei soldi e dietro di me c'erano due signore tutte altezzose e snob. Stavo qua vicino. Una di loro ha detto 'ecco un altro spacciatore, un altro tossico'. Ho sentito fastidio perché queste sono persone che hanno sempre avuto il piatto pronto mentre io mi sono sempre fatto il culo sia nel bene che nel male. Penso che sia normale che questa gente giudichi, se non ha vissuto certe cose. Hanno sempre (continua)



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

avuto tutto, magari grazie alla famiglia ricca di generazioni. Non ci sono stato male per il loro giudizio, ma il fastidio l'ho sentito perché dico 'ma tu chi sei?'. Mi è roduto il culo perché queste persone non sanno chi sono. Perché non potrei essere un rapper? Devo essere per forza uno spacciatore? Io so di avere la mia storia. So io quello che ho passato e per questo me ne frego del pregiudizio".

Giacomo CPA

"Io ho vissuto 33 anni a Berlino dove ho lavorato nelle discoteche, nei locali e con la musica. Sono stato in ambienti di alto livello. Ho avuto a che fare con gente famosa e con la cocaina tutti i giorni. Eppure il pregiudizio peggiore l'ho avuto proprio dalle persone di questo ambiente perché fin tanto che sei come loro, va bene, ma poi iniziano a giudicarti. Persino mio fratello mi giudica, nonostante sia arrivato quasi a morire per la droga. Questo pregiudizio mi crea rabbia, ma questa rabbia io la voglio trasformare in qualcosa. Il pregiudizio peggiore non è quello dei dottori o di chi è fuori da questo ambiente ma della gente che fa parte del tuo stesso ambiente. Culturalmente chi fa parte di un altro ambiente ci sta che ti giudica, ma i giudizi che fanno più rabbia sono quelli di gente che fa parte del tuo stesso ambiente.

Ci sono volte che il pregiudizio può anche essere positivo. Puoi anche usare un pregiudizio in modo positivo, come carica per fare qualcosa di meglio. In una certa fase della mia vita per me è stato così".

Ezio CPA

(continua)

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

“Io sono della Magliana e lavoro dentro una fabbrica di ghiaccio. Ho fatto lavorare tanta gente da me che non aveva lavoro. Gente che beveva e pippava. Io tante volte mi sono tirato per l'aria e la mattina dopo magari non riesco ad andare a lavorare. Quegli stessi amici che io ho fatto entrare a lavorare mi giudicavano, proprio loro. Io per questo pregiudizio a volte non sono nemmeno tornato a lavorare per paura che parlassero con i responsabili. Adesso, ad esempio, mi sono messo in malattia per un problema di salute e la gente pensa che io mi stia tirando per l'aria”.

Andrea CPA

“Io, le persone che giudicano, non le calcolo proprio. Se uno si avvicina a dirmi *'ma lo sai che quello ha fatto...'*, per me già ha chiuso con me. La verità è che alla gente serve guardare quello che fanno gli altri per non guardare se stesse. Il giudizio degli altri mi rimbalza ora, ma non è sempre stato così. Quando ero pischello mi sentivo giudicato ma anche apprezzato per quello che facevo. Il giudizio era quasi un vanto, ma ora del giudizio degli altri non mi interessa. So io quello che faccio e quello che valgo, so io quello che posso dare a una persona. *'Tutto il resto è noia'*, come dice la canzone”.

Nando CPA

“L'altro giorno ho subito il giudizio della gente. Stavo sulla metro, ero vestita bene, ma stavo bevendo una birra. Passa uno che chiede i soldi, glieli sto per dare, ma poi mi dice *'sta tossica'*. Stavo seduta a non fare niente e sono stata insultata. Lì per lì mi sono incazzata e *(continua)*



LA BATTAGLIA QUOTIDIANA



l'ho mandato a 'fanculo, però il suo giudizio non mi ha toccato. Il giudice di me stessa sono io. So di avere delle cicatrici, ma ho sempre portato magliette a maniche lunghe perché io lo volevo. Potrei coprire le cicatrici con i tatuaggi, ma non lo faccio perché non sono ancora pronta a lasciare andare quella parte della mia vita. Sto molto attenta a far vedere questa parte della mia vita perché non voglio che gli altri provino disagio. Ma io non ho problemi a mostrare queste cicatrici, non me ne vergogno, come non mi vergogno di aver provato il dolore e di aver sofferto”.

Chiara CPA

“To me lo vivo male il giudizio. Per me contava il parere dei miei genitori e tante volte mi sono buttato giù per questo. Adesso mi voglio riscattare soprattutto con mia madre e con le persone a me care. Chi mi sta intorno vede che adesso sto meglio e questo mi fa stare bene, però l'etichetta rimane. Puoi riscattarti, ma l'etichetta ti resterà, per questo devi lasciar andare questo giudizio. Se ti vesti male, sei tossico; se ti vesti bene, hai fatto una rapina. Quando dico che non sto facendo niente, la gente non ci crede. Purtroppo soprattutto sul lavoro il giudizio non se ne va, anche perché la gente nemmeno si fida più e lì è difficile recuperare la fiducia delle persone. Che poi queste persone ti fanno pure ricordare il tuo passato e non è semplice”.

Mirko CPA

LA BATTAGLIA QUOTIDIANA

Crediti

A cura di Lucrezia Polimanti, psicologa e volontaria presso Villa Maraini;
Luca Di Nardo, psicologo e volontario presso Villa Maraini.

Impaginazione e grafica: a cura di Lucrezia Polimanti.

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

Tutti i contenuti sono stati portati e proposti dagli utenti del CPA nei mesi di Luglio e Settembre: noi ci siamo occupati solo di trascriverli.

Ringraziamenti

Alla realizzazione del ventitreesimo 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 e l'uscita del prossimo numero è prevista per Ottobre. Intanto, chi volesse scrivere ai ragazzi e contribuire a questo progetto con suggerimenti e risonanze può scrivere a labattagliaquotidiana.cpa@villamaraini.it

Alla prossima!

IL CPA