

INNOCENTI EVASIONI

La Salute



N. 4
Aprile 2012

La CurA

Non ho mai affrontato grosse problematiche nella mia vita fortunatamente, finora ho sempre avuto qualcuno che si prendesse cura di me perciò le difficoltà incontrate non mi sono mai sembrate così invalicabili.

L'unica cosa che mi viene in mente pensando a cosa possa essermi mancato a livello umano è la presenza di mio fratello. Da quando sono piccolo vive lontano da casa per studio e lavoro e la sua figura mi è sempre mancata.

Fortunatamente ci sentiamo molto di più, anche grazie a internet.

C.G.

Si sono presi cura di me perché se non c'era nessuno da prendersi cura io non potevo essere curato perché non curandomi rimanevo incurato ed è male essere incurato perciò si sono presi cura e sanno che curando possono curarmi e se mi curano io forse potrei curare un altro che dovrebbe essere curato ma non lo curerei perché io non mi sono abbastanza curato.

Grazie! Sono un mito lo so!!!

V.A.

Da sempre, tutte le volte che stavo male o avevo qualcosa che non andava c'era sempre mia madre che si prendeva cura di me, mi faceva stare meglio.

A volte non è un male solo fisico ma anche psicologico e lei mi ridava il sorriso. Negli ultimi anni sono cresciuta e anche staccata da lei e a prendersi cura di me sono anche gli amici, sempre pronti a ridarti il sorriso, a darti una mano nei momenti più difficili.

Nella vita c'è sempre qualcuno pronto a darti una mano se lo premetti. Anche le persone che possono sembrare le più antipatiche, inutili, specie di esseri umani che dovrebbero estinguersi, ovvero i professori, sono i primi a darti una mano se glielo concedi.

S.C.

Perché la droga è una cura per me:

Supponendo il fatto che la droga è una cura, secondo me l'utilizzo di sostanze psicotrope, che interagiscono con le funzionalità cerebrali potrebbero per certi aspetti essere utili per non prendere in considerazione fatti avvenuti in un vicino e/o lontano passato e per conseguenza ovvia riuscire a ricrearti un nuovo presente senza barriere immaginarie dovute a vecchi rancori del passato.

F.L.

Non ho mai voluto prendermi cura di me stesso anche se dentro di me sapevo benissimo come farlo. Credo che cercando di soddisfare le proprie esigenze personali, cercando un legame con le persone che porti felicità e soprattutto il tuo star bene interiore, sia un buon inizio per cominciare a rispettare e a prendermi cura delle altre persone a cui tengo anche minimamente.

Così gli altri si prenderanno cura di te, ti porgeranno il loro rispetto e come tutte le cose che so, anche questa la imparo dalle persone che mi stanno affianco.**K.B.**

La CurA

L'anno scorso, d'estate, io e mio cugino R. volevamo andare a fare un giro in moto.

Dopo trenta minuti che ci abbiamo pensato siamo andati.

Volevamo andare alla Carefour a comprare un pallone da calcio ma ho fatto l'incidente in scooter e così non siamo più andati.

Volevo scrivere in questo articolo che se non c'era R. io rischiavo di morire perché avevo fatto un bruttissimo incidente, mi ero fratturato il ginocchio destro, mi ero graffiato la spalla sinistra, mi sono graffiato il braccio sinistro.

Dopo trenta minuti è venuta l'ambulanza e mi ha portato all'ospedale e subito dopo dieci minuti è arrivato R. a farmi visita.

Sono stato per un mese con il tutore, per una settimana sulla sedia a rotelle e per 20 giorni con le stampelle e R. mi è stato sempre vicino, ogni giorno veniva da me a vedere come stavo e poi andavamo sempre in giro.

Dopo due giorni anche un mio amico aveva fatto un incidente in scooter, si era rotto una spalla e ci incontravamo sempre all'ospedale.

S.K.

Io in vita mia non mi sono mai preso cura di nessuno, ero troppo impegnato a farmi i fatti miei, nemmeno dei miei fratelli più piccoli.

Mi dispiace molto di non aver mai fatto e di non avergli mai dato un buon esempio. Mi preoccupavo solo della mia cavietta.

Mi preoccupavo se aveva mangiato, se gli avevano fatto le coccole o se la gabbia fosse pulita.

Mi preoccupavo molto per quella bestiolina, non so bene perché, forse perché aveva un valore affettivo visto che ma l'aveva regalata la mia migliore amica per Natale.

A.D.



La CurA

La cura di me

Penso che il prendersi cura di una persona non sia solo relativo a curarla in caso di malattia, ma anche supportarla nel momento del bisogno, darle forza durante periodi difficili...

Le persone che più si sono prese cura di me sono la mia famiglia ed alcuni amici, quelli più stretti. Hanno iniziato a prendersi cura di me i miei genitori e famigliari dalla mia nascita cullandomi quando piangevo, consolandomi quando cadevo e mi sbucciavo le ginocchia, accompagnandomi così nel percorso della vita. Ad una certa età sono subentrati gli amici quelle persone speciali che sono pronte ad aiutarti anche solo con un sorriso o un abbraccio, che mi sono stati vicini nei momenti in cui ne avevo più bisogno. Queste persone mi hanno fatto diventare quella che sono oggi.

G.M.

Perché da soli non si può

Prendersi cura di se stessi è importante per stare bene da soli e con gli altri.

Prenderci cura di noi non è sempre facile se pensiamo a quei momenti in cui emotivamente siamo vulnerabili e indifesi.

Io penso che per prendermi cura di me abbia bisogno anche della vicinanza delle persone che mi vogliono bene perché oltre a fare ciò che mi piace e sentirmi bene con me stessa, rilassata e tranquilla, sento il bisogno di ricevere il bene degli altri, così da arricchirmi.

Quindi oltre a fare attività come sport, uscire con gli amici o solamente rilassarmi penso wche ci sia anche il bisogno di confrontarsi con tra pari e scambiarsi le idee e aprire gli orizzonti così da convivere meglio con gli altri e quindi poi con se stessi.

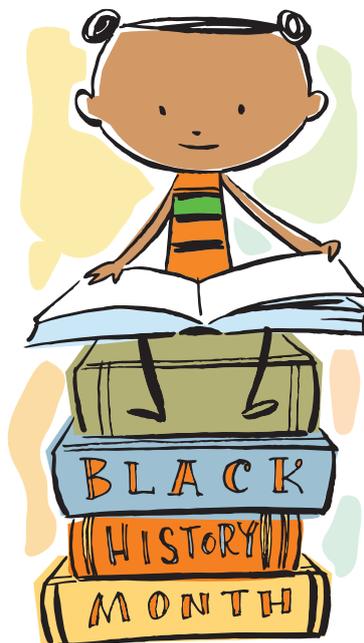
G.M.



CarO Prof.

Caro professore,
ti scrivo dal solito posto in cui mi vedi tutti i giorni; spero che nelle tue materie io stia andando bene, ieri mattina non ho partecipato alla tua lezione perché mi ero stancato facendo un esame di informatica, forse l'ho superato!
Adesso mi sto impegnando anche con te e magari passerò qualche esame anche nelle tue materie.
Ieri sera ho aperto i quaderni e ho studiato un po', così quando mi interroghi sarò pronto e sarai contento.
Ti ringrazio di aiutarmi ogni giorno e insegnarmi sempre nuove cose che a me servono molto; credo che con il tuo aiuto riuscirò a passare quel benedetto esame di terza media e se mi aiuterai a superarlo ti meriterai una bella mangiata di pesce!
Professore caro ora ti lascio che mi è venuta un po' di fame, vado a mangiare qualcosa.
Spero ti faccia piacere la mia lettera. Stammi bene e grazie di tutto!
A domani prof.
S.B.

P.S.: ah prof. Scusami ma non ho studiato geografia...studierò sta sera!



LA CURA

F. Battiato

Ti proteggerò dalle paure delle ipocondrie,
dai turbamenti che da oggi incontrerai per la tua via.
Dalle ingiustizie e dagli inganni del tuo tempo,
dai fallimenti che per tua natura normalmente attirerai.
Ti solleverò dai dolori e dai tuoi sbalzi d'umore,
dalle ossessioni delle tue manie.
Supererò le correnti gravitazionali,
lo spazio e la luce
per non farti invecchiare. 
E guarirai da tutte le malattie,
perché sei un essere speciale,
ed io, avrò cura di te.
 Vagavo per i campi del Tennessee
(come vi ero arrivato, chissà).
Non hai fiori bianchi per me?
Più veloci di aquile i miei sogni
attraversano il mare.

Ti porterò soprattutto il silenzio e la pazienza.
Percorreremo assieme le vie che portano all'essenza.
I profumi d'amore inebrieranno i nostri corpi,
la bonaccia d'agosto non calmerà i nostri sensi.
Tesserò i tuoi capelli come trame di un canto. 
Conosco le leggi del mondo, e te ne farò dono.
Supererò le correnti gravitazionali,
lo spazio e la luce per non farti invecchiare.
TI salverò da ogni malinconia,
perché sei un essere speciale ed io avrò cura di te... 
io sì, che avrò cura di te.



La CurA

La canzone di Battiato la ritengo molto bella in quanto rispecchia anche la mia idea di cura.

Penso infatti che curare non sia solo relativo alla malattia intesa come l'influenza o la febbre, ma sia anche un supporto morale, un aiuto che si da per raggiungere un benessere morale e fisico.

“Ti proteggerò dalle paure e delle ipocondrie” è la frase con cui inizia il brano “la cura” di Franco Battiato, particolarmente significativa a mio giudizio a attuale. È importante ai giorni nostri infatti non potersi influenzare dai timori per le malattie, rischiando così di cadere in queste, attraverso un tunnel psicologico.

*Mi piace perché è una canzone semplice, senza troppi perché e se la cura fosse curabile io non curerei i curatori che curano ma non curando li curarono.
Colpa di Battiato.*

Mi piace perché è una canzone senza troppe pretese ma è una canzone che ascolterei e riascolterei, è una di quelle canzoni dove scopri qualcosa di nuovo ogni volta che la riascolti. Per me la cura è l'ascolto.

Per me la cura non è solo ricucire una ferita e prendere delle medicine, è anche una guarigione morale e spirituale.

Mi è piaciuta perché è una canzone molto profonda, fatta apposta da Battiato per far rispecchiare le persone che la ascoltano in stati d'umore, ansie, malesseri.

La canzone “la cura” non mi è piaciuta perché è troppo tranquilla.

La cura è un qualcosa in generale per qualcuno. È una bella cosa per chi sta male, invece per altre persone che non hanno mai provato una cura non sanno cos'è.

La cura potrebbe essere anche la cura di se stessi, ad esempio non sbagliare per cazzate perché dopo ti viene da pensare che quel giorno potevi farti un giro tranquillo.

La CurA

8

"Ho licenziato Dio
gettato via un amore
per costruirmi il vuoto
nell'anima e nel cuore.
Le parole che dico
non han più forma né accento
si trasformano i suoni
in un sordo lamento.
(...)
Come potrò dire a mia madre che ho paura?
Chi mi riparlerà
di domani luminosi
dove i muti canteranno
e taceranno i noiosi.
Quando riascolterò
il vento tra le foglie
sussurrare i silenzi
che la sera raccoglie.
Io che non vedo più
che folletti di vetro
che mi spiano davanti
che mi ridono dietro..."

Il Cantico dei Drogati di F. De Andrè

Ho mollato tutto per stare un po' da solo. Il mio pensiero non riesco ad esprimerlo, tranne alla mia maniera per far capire quanto sto male. Sono l'unico che combatte per un'idea. Come posso tornare indietro nel tempo? Chi mi darà un'altra speranza di vita? Quanto mi mancano i bei vecchi momenti. Non vedo altro che persone vuote che mi guardano e mi deridono. Cerchiamo di vivere ogni giorno diverso dal precedente, cercando magari di capire come funziona questo strano mondo. Questo corpo stupido forse sarà premiato per aver azzardato di andare oltre e ancora adesso cerco qualcuno che mi insegni a non aver paura.
K.B. e S.K.

La CurA

Sono felice di confermare che questa canzone è di sicuro di De Andrè e sono sicuro che l'ha scritta lui. Tutto questo mi dice che lui è un tossico abbandonato, molto triste e in astinenza di una sostanza pericolosa che secondo me p l'eroina.

Trasmette un senso di angoscia, che nessuno si prende cura di lui.

Vorrebbe disintossicarsi ma non riesce, ha bisogno di una comunità terapeutica e non ha il coraggio di entrarci perché non vuole abbandonare la madre per il bisogno che ha di lei.

In poche parole el se rimasto fora!

Frase più bella: "Io che non vedo più che folletti di vetro che mi spiano davanti che mi ridono dietro".

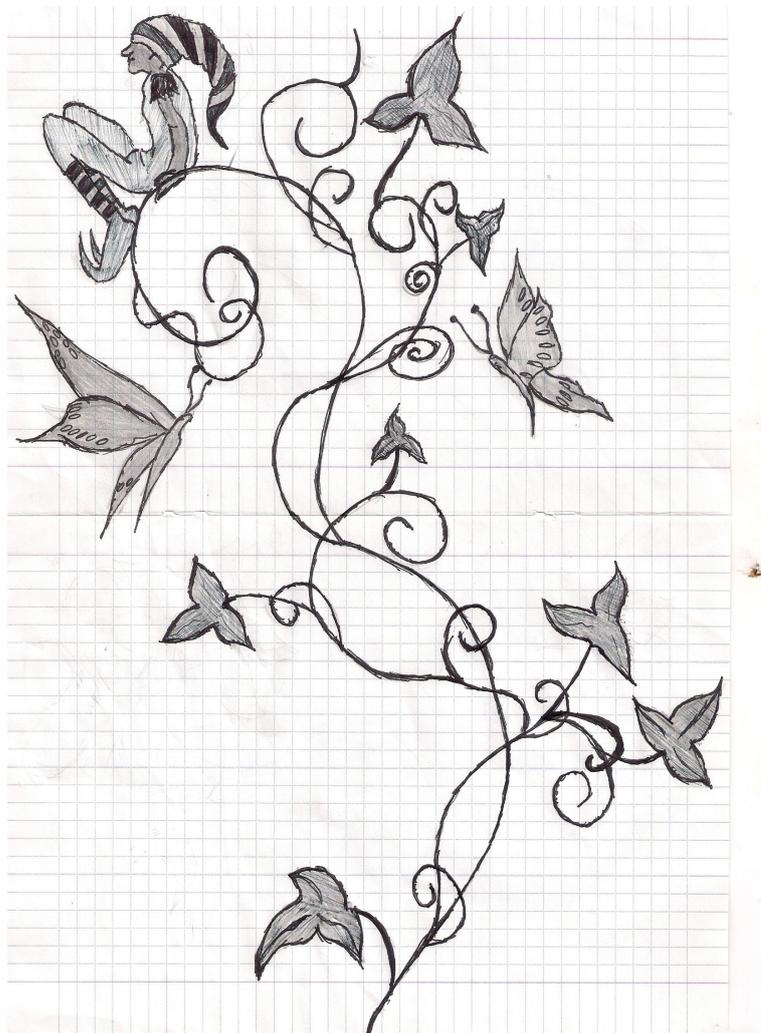
A.V. e G.M.

I sentimenti di questo ragazzo sono risultato di scelte sbagliate.

È triste perché gli manca qualcosa e non ha punti di riferimento, aspetta che sia qualcun altro a dirgli che le cose cambieranno e lui non fa niente per cambiarle.

Rispetto a lui condividiamo la difficoltà di dire delle cose alla propria madre. Diversamente lui è libero ma non sfrutta la sua libertà e io che sono dentro vorrei essere libero.

I.K.



La CurA

Mentori

Una persona che mi ha insegnato molto nella vita, ovviamente dopo la mia famiglia, è stato il mio allenatore di Rugby, per quel poco che ha potuto, anzi riuscito. Mi ha sempre insegnato ad essere umile, a rispettare non solo l'avversario ma qualsiasi persona nella vita.

D.A.

Credo che i “maestri” che mi hanno insegnato tutto quello che so siano quelli a cui ho dato maggior importanza credendo che gli insegnamenti che i avrebbero dato fossero più importanti di altri.

E già da questa scelta ho imparato molto da me stesso, a non rifiutare niente e nessuno.

Credo che tutte le cose che ascoltiamo da attori, parenti, libri ecc. siano soltanto uno spunto da dove trarre un nostro insegnamento.

K.B.

Mi ha ispirato il cantante Sevcet con una delle sue canzoni belle che significa avere tanti “schei” e a me dei soldi mi frega e mi piace averli.

S.K.

La CurA

Mentori

Per me due mentori sono stati L. e C.; perché C. mi ha fatto capire che le droghe possono essere di aiuto solo per alcuni minuti/ore, passati questi minuti tutti i ricordi che magari volevi dimenticare sono di nuovo che ti frullano per la testa.

Su questo argomento voglio spiegarvi che cercherò di tener duro anche quando esco, e speriamo che non mi verrà la tentazione di usarla.

L. invece mi ha insegnato che la vita devo gestirmela da solo e non farmela gestire da una sigaretta, ad esempio: se io non ho sigarette in camera non le fumo, a ovviamente solo perché non ci sono, perché se uno mi donerebbe una sigaretta sicuramente la fumerei molto ma molto volentieri.

Detto questo voglio dirvi solo una cosa spero di smettere di fumare al più presto perché così la vita si allunga invece di accorciarsi, un consiglio per tutti: “smettete di fumare che fa male!”

F.L.

Secondo me nessuno per me è un mentore perché mi sono sempre arrangiato.

K.B.



CarcerE, CittA' ApertA

12

In carcere.

L'altro giorno ho sognato che finivo in prigione.

Nella mia prigione non potevo leggere, né scrivere, né avere contatti con l'esterno di nessun tipo.

Nella mia ignoranza l'isolamento era ciò che mi angosciava di più.

Ho pensato così a come potrei vivere io il mio periodo da detenuta, a come mi sentirei, di cosa avrei paura e cosa invece rabbia.

Mi sono immaginata che ruolo potrebbe o dovrebbe assumere il carcere in un'altra società.

Il diverso influsso che potrebbe avere sulla comunità e sulla città stessa.

Ho pensato a come vorrei che fosse il mio carcere: un luogo di cultura.

Vorrei che il carcere si aprisse all'esterno e che la cultura divenisse un flusso comunicativo verso la città e viceversa.

Che l'arte come anche lo sport potessero non essere finalizzati solo alla vita carceraria stessa ma anche a quella cittadina, che si realizzassero veri laboratori artistici come incontri sportivi, di collaborazione tra detenuti e cittadini.

Vorrei che il carcere diventasse una sorta di enorme redazione delle Innocenti Evasioni.

S.C.





Realizzazione Grafica a cura dei Ragazzi della Bottega Grafica dell'I.P.M. (Istituto Penale Minori) di TV