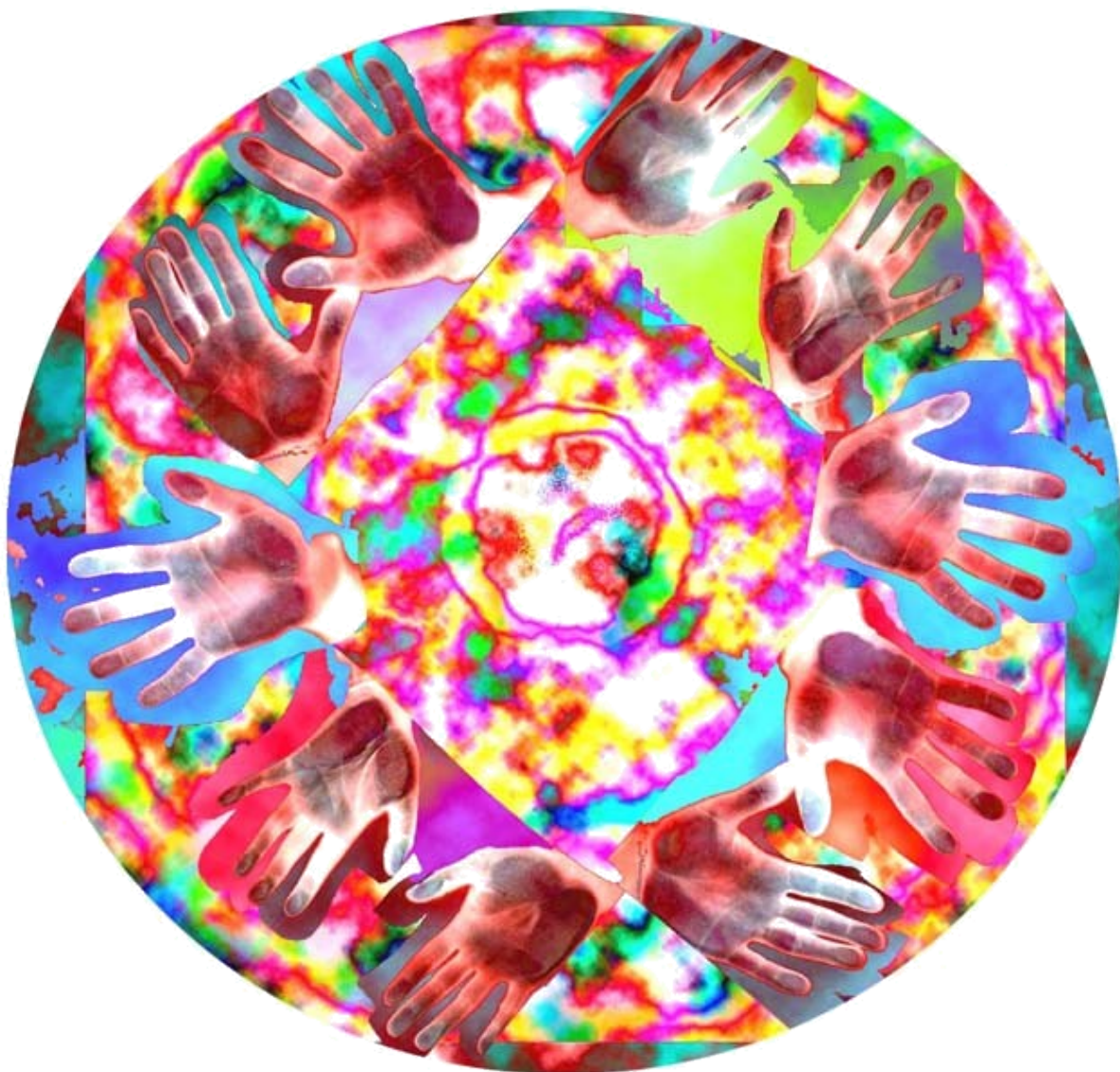


Periodico Sperimentale

Onde Corte

Giornalino e notiziario oltre la "Normalità"

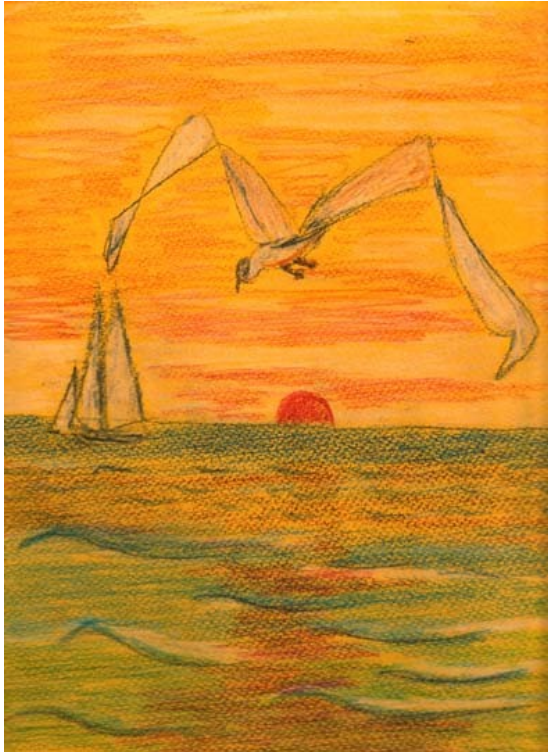
Numero speciale congresso UNASAM



Centro Culturale Sociale "Casa Ligas"

Associazione Sarda per l'Attuazione della Riforma Psichiatrica

Per non dimenticare



Da Angelo per Marino

Il volo del gabbiano.

Come un gabbiano

Ci ha lasciato

Per volar lontano .

Lacrime di pioggia

Ti uniscono ancora

A noi.

***Ma con le ali del gabbiano quale
sei,***

Tu passi e ripassi in volo,

Toccando il suolo,

Accarezzandoci il viso,

Per darci la forza

***Di strapparci ancora col
dolore,***

Un sorriso.

Ciao marino.

Amedea Frau

Credo che la lealtà, abbia una forma incorporea che può percorrere lo spazio e il tempo, visto che metà è partita con te e l'altra metà è rimasta tra noi.

Come la tua presenza che aleggia ancora tra gli spazi di questa sede, e nel giardino dei nostri cuori. Dove ha lasciato dei segni tangibili nelle persone che ti hanno conosciuto, alle quali hai trasmesso un profondo senso del rispetto, dell'amicizia e della sincerità, che è diventato come un faro, che ora da luce ad altri.

Ma la tua presenza vive e parla, nelle sculture che ci hai lasciato. Non avevi bisogno di modelli, per elaborare quello che prendeva forma dalle tue mani, ti bastava sentirlo dentro di te, perché di un sogno, di un'idea, di un ricordo, di un sentimento, tu ne facevi materia, forse perché la vita non sempre ci consente di realizzare ciò che vorremo. Così parlano quelle figure di donne che tu spesso hai modellato, come pure gli animali che tu amavi non solo rappresentare, ma con i quali hai condiviso gioie e dolori, Ciao Marino tu sei ancora qui, e a volte i tuoi passi impalpabili risuonano leggeri, nel pavimento di questo cortile.

Mercede

E' difficile pensare a te come ad una persona che non incontrerò più. Qui all'ASARP, come nel mio ufficio e nella mia casa tante cose mi parlano di te: la foto del calendario, il tappetino del mouse, i tuoi quadri solari nelle stanze di mie figlie, il bellissimo vaso verde. Ho sempre pensato a te come ad una presenza che avesse accompagnato per lungo tempo il nostro faticoso ma straordinario impegno. C'eri sempre!

Ai convegni, alle feste, in pizzeria, nelle discussioni in Associazione, e c'eri da lungo tempo: da quel lontano giorno di 15 anni fa. Ci parlavi dei tuoi problemi, della separazione, dei tuoi bambini che ti impedivano di vedere, delle ingiustizie che sentivi di subire. Poi, in qualche modo, nel tempo, ti sei riorganizzato e fortificato.

Da diverso tempo sembravi abbastanza sereno rispetto a ciò che andavi riconquistando; ricordo la gioia con cui ci presentasti i tuoi figli oramai divenuti adulti e la descrizione minuziosa della tua casa sistemata ed abbellita con le tue abili e preziose mani.

Eri forte! Sembravi forte! Non ho mai letto sul tuo viso angoscia o disperazione. O forse sono stata distratta, non mi sono accorta.

Eri sempre lì, nei nostri luoghi, sorridente e tenero. Affettuoso amico, disponibile con tutti, una forza per tutti. Ma se sollevo lo sguardo, non ci sei e il vuoto è grande.

Gisella



Disegno di Marino S.

Bellu gei fiasta o Quatesu. Tindi sesi andau a fine istadi, no se beniu mancu a sa festa de s'invalidu a su cavallucciu. Sesi steti unu dei grandusu amigusu de s'ASARP. Asa bivvi sempri in su coru de nosusu e de chini t'ha connottu e frequentau! Candu feusu s'apellu tui ci astessi sempri.

Giorgio Onnis

Ciao Marino, anche tu sei andato via.... Ora noi stiamo sempre pensando a te, anche i ricordi che hai lasciato sono sempre qui. Sai una cosa? Noi abbiamo deciso di andare a trovarti perché sei sempre dentro il nostro cuore. Vogliamo scrivere una canzone che potrai sentire dove sei ora. Noi che non ti vediamo più abbiamo sempre quella speranza di vederti così come ti pensiamo.

Marino sai una cosa? L'altro ieri siamo andati in pizzeria; mancavi solo tu, ed eravamo dispiaciuti. Ora tu sei sempre nel nostro cuore perché non ti dimenticheremo mai e anche le cose che hai lasciato le conserveremo come ricordo. Sai una cosa? Una settimana fa Mercede e Angelo hanno deciso di andare a trovarti. Quando c'incontravamo tu eri sempre allegro invece adesso non ci sei più. L'altro giorno le persone che venivano da noi chiedevano sempre di te. Rimarrai sempre nel nostro cuore. Addio Marino! Ci mancherai per sempre.

Era per me un immenso piacere vederti entrare dal cancello e mettere a posto la bici, ho sempre visto in te un uomo semplice ma con una grand'esperienza, capace di dare esempio attraverso la sua presenza e il modo di essere. Eri come una grande quercia dove le persone potevano ripararsi, ma anche le grandi querce non sono protette dai temporali, ed un fulmine ti ha colpito. Credo di aver imparato da te molte cose e sono orgoglioso di averti conosciuto.

Salvatore

Marino mi manchi tanto, per te ho pianto, perché ci hai lasciato così?

Tu "uomo senza paura della guerra" tutti noi ti vogliamo bene torna tra noi. Io sto male senza di te, lo so che tu stai lassù, torna.

Ti auguro tutto il bene che ti vogliamo.

Spirito di bene che stai lassù nel cielo di nuvole vicino ai miei cari nonni che stanno anche vicino a me.

Dio che ci vedi o signore che stai lontano proteggilo.

Francesca Piga



Disegno di Marino S.

Queste pagine sono dedicate a Marino e da: Milena, Loredana, Paola T., Marinella, Marina, Graziella, Anna P., Stefania M., Francesca A. Silvia T., Cristian, Peppe T. Paola Tom., Davide Adriana, Giulia, Marilena, Iole, Roberto L., Roberto F., Paolo S., Marco, Filippo, Samanta, Paola M., Caterina, M. Antonietta, G. Franca, Lorena, Pasquale Cenza, Sergio, Pinuccio e tanti altri che per questione di spazio non hanno potuto scrivere in queste pagine.

Ultimo articolo di Marino prima di lasciarci

L'auto, la cosa più ambita dell'essere umano dei paesi ricchi e poveri. La prima cosa che fa il giovane arrivato al diciottesimo anno d'età è farsi la patente e con la complicità dei genitori comprarsi la macchina, comprata la macchina la prima cosa che fa, è farsi lo stereo il più potente che ci sia, a volte l'impianto stereo costa più della macchina stessa che molto spesso è un ferro vecchio, lo stereo è usato come arma di corteggiamento. Le donne anno acquistato con l'auto la stessa parità dell'uomo, si arrabbiano più dell'uomo nella circolazione stradale e nelle infrazioni stradali sono più giustiziere dell'altro sesso. Nella macchina si circola al calduccio d'inverno e al fresco d'estate, chiuso nel suo guscio circolante si sente a proprio agio anche se a rischio di qualche incidente stradale, le statistiche dicono che ci sono più morti sulle strade che nelle guerre.. Anche se inquina l'atmosfera e ci sono nubifragi e siccità, estati caldissime, uragani, inverni freddi chi se ne frega, tanto siamo in macchina.



Le stelle e la luna brillano in cielo
e fanno battere
le mani e la mia mente
dalla gioia.
I tuoi occhi brillano
come i miei sorrisi
e fanno la nanna al tuo futuro.

Francesca P.

Disegno di Pasquale M.



Disegno Di Angelo C.

I GIORNI SEMPRE UGUALI

Noi piccoli pesci in mezzo al mare
lottiamo contro le correnti
che ci vogliono trasportare
per vivere senza il dolore
di un etichetta da portare.
A volte perdiamo la ragione
rischiamo di sbagliare
è la solita routine
che ci fa impazzire.
È insieme che possiamo trovare
un modo migliore per vivere.

Francesca A.

La battigia (un viaggio nella sofferenza mentale.)

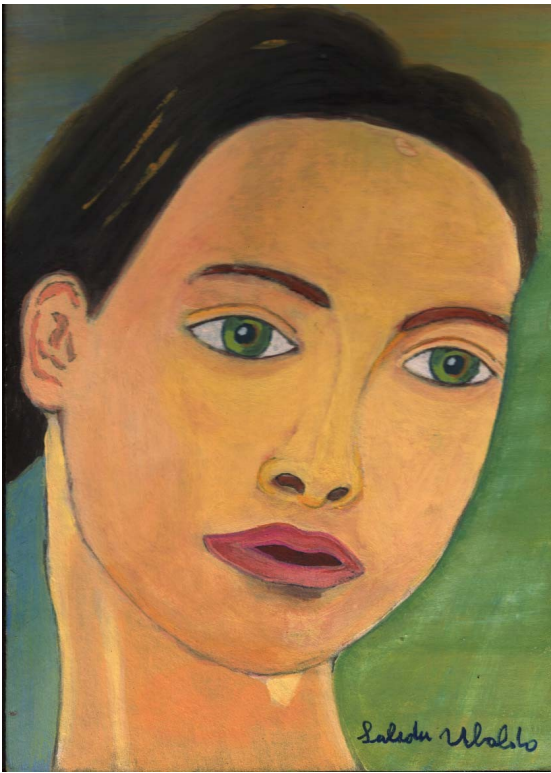
Passeggio in riva al mare e penso che percorro una linea immaginaria a metà strada fra la terra simbolo della razionalità e il mare imperscrutabile abisso sconosciuto, la battigia: dove il mare e la terra s'incontrano (definizione dal vocabolario)

Come familiare posso dire di aver percorso questa linea d'equilibrio immaginario, molte volte insieme a Gigi e per arrivare sin qui ho dovuto rimettermi in gioco come persona, imparando ad ascoltare e a rispettare sopra tutto, gli altri come individui, cambiare il mio abito mentale prima ancora del comportamento.

Non è stato facile anche se Gigi ed io abbiamo utilizzato molti strumenti importanti in questo viaggio: l'associazione dei familiari, i gruppi d'auto/aiuto del C.S.M, la sensibilità più che la formazione degli "educatori".

Ma arrivati in quel punto esatto, ma che non è segnato, non siamo riusciti a levare l'ancora ed ammainare le vele.

Silvia



Disegno di Ubaldo S.

Mente piastrellista

Un cervello un po' elevato,
uno scheletro incollato,
stato d'animo impaurito,
e ti ho indicato un dito.
Guarda sopra i tetti,
quel sole lì a quadretti,
la pianta dell'amore!
un giglio sembra un fiore,
mi devo qui fermare e ricominciare
a vivere gridare nel mondo mio quadrato,
racchiude ad ogni lato
quel frutto che la terra non a mai coltivato.
Quel male circolare
vi prende tutti in giro,
vi fa pagare una vita per fare mezzo giro

Giorgio

“La depressione”

Credo che la depressione sia il male mentale più antipatico, anche più della schizofrenia, è una tristezza a ritmo continuo in cui il malato è sempre cosciente della realtà, ma ha come degli “occhiali malefici” che gli fanno leggere ogni cosa in chiave negativa.

Io ho certo una naturale predisposizione alla depressione e so per questo che nonostante la volontà di vedere e sentire il positivo della vita, riesco a percepirne soltanto il dolore, la sofferenza, la miseria.

Ecco perché sto tanto male. Sto un po' meglio all'interno dei gruppi A.S.A.R.P. anche se, quando sono a casa, soffro la solitudine pur non mancandomi l'affetto.

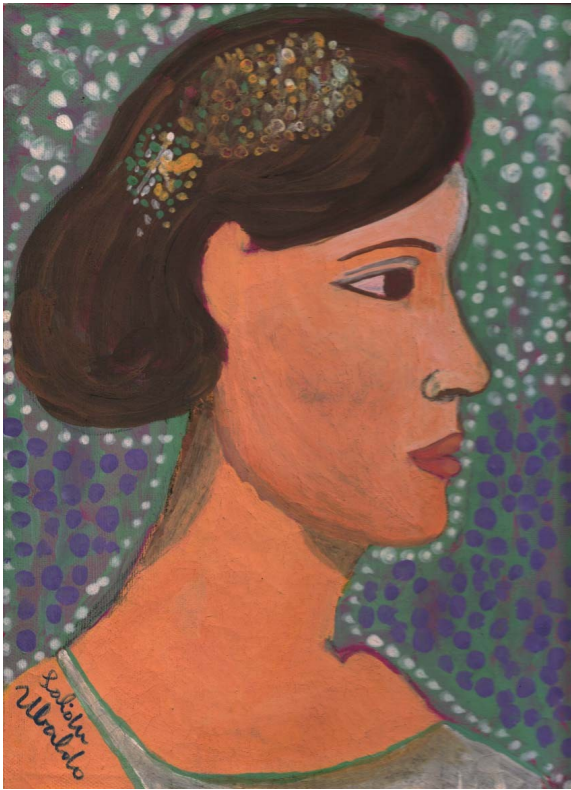
Un grazie alla mia famiglia che fa di tutto per confortarmi.

Francesca A.

Giorno per giorno un solo pensiero fisso
vasto ma martellante.

Una chiave, come fosse un dono per la mente che viaggia
Ispirazione insoliti
nuovi orizzonti

Roberto F.



Disegno di Ubaldo S.

Il mio dolore

La separazione credo che sia dolorosa soprattutto per i figli che vedono spaccarsi il nucleo che li proteggeva e la famiglia si sgretola.

Io ho sofferto quando i miei genitori si sono separati e soffro tuttora anche se credo fosse indispensabile per il benessere di tutti.

Mi sono sentita molto sola rispetto a quelli che erano i miei punti di riferimento.

Mia madre aveva ancora molto rancore nei confronti di mio padre e mi parlava male di lui, denotando molta immaturità e facendomi sentire confusa, non capiva quanto fosse doloroso per me tutto questo.

Mi sentivo privata della mia serenità e del piacere di avere una famiglia "normale", infatti, mi mancava molto la figura di un padre e mio padre stesso.

In qualche modo mi sentivo coinvolta ed in parte responsabile, mi domandavo cosa potevo fare per tornare indietro e rimettere tutto a posto.

Quest'esperienza è stata per me un'arma a doppio taglio, perché da un lato mi ha costretto a maturare velocemente, dall'altro ha lasciato in me atteggiamenti ancora infantili.

enso che se avessero risolto prima le loro divergenze io e mio fratello avremmo sofferto molto meno.

tualmente i miei genitori hanno un rapporto amichevole e io ne traggo gran beneficio.

onostante tutto ringrazio i miei genitori per i loro sforzi ed il loro appoggio morale davanti alle mie difficoltà.

Francesca A.

L'importanza dell'amicizia

Nella mia sofferenza ho trovato qui all'A.S.A.R.P. un luogo in cui l'amicizia è veramente al primo posto e il clima è quello di un ambiente familiare.

Il mio disturbo mi ha sempre portata ad isolarmi, ma l'affetto sincero che ho trovato mi ha fatto capire che posso stare in compagnia anche se ho dei problemi mi posso sentire tranquilla e protetta, a differenza da quello che succede con le persone comuni, che per la maggior parte tendono loro stesse ad emarginare chi in qualche modo appare diverso.

Per questo considero gli amici dell'ASARP persone speciali, per la prima volta mi trovo con qualcuno che non manifesta disagio nei miei confronti, ma anzi tutti mi dimostrano il loro affetto e appoggio anche quando sono giù o ho atteggiamenti particolari.

Mi trovo molto bene a partecipare alle varie attività che sono svolte all'interno dell'associazione e sto cominciando a trarre da questo un gran beneficio anche se la via della guarigione è ancora lunga. L'attività che preferisco è quella del giornalino perché permette di esprimere emozioni e sentimenti che ho dentro, sia positivi sia negativi.

Anche pranzare tutti assieme durante il gruppo di cucina è molto bello, come anche fare ceramica, musica e teatro.

Sono fortunata ad aver incontrato queste persone meravigliose che stanno migliorando la mia vita e alleviano il peso della mia solitudine.

Francesca A.

Sosteniamo gli indifesi perché sono loro stessi a darci forza

Era una notte molto buia, e un lupo solitario dalla nera pelliccia, si aggirava affamato, tra le macerie di una villa diroccata.

Mentre ululava nella notte, disperato, udì i lamenti di un piccolo agnellino, si fermò un istante, per capire da dove provenissero quei lamenti, e siccome era molto accaldato, per aver gironzolato in lungo e in largo, si tolse la sua nera pelliccia.

E mentre si sfilava la pelliccia, dal suo caldo ventre, scivolò guarda caso, proprio il piccolo agnellino.

L'agnellino si accucciò accanto al lupo, lo guardò negli occhi, pur sapendo di essere un boccone prelibato per un lupo affamato.

Il lupo si trattenne dall'addentarlo subito, fu colpito invece, dalla tenerezza di quell'esserino così mite e così lindo, che le lacrime proromperono con impeto dai suoi occhi.

L'agnellino vedendo il lupo piangere, si avvicinò a lui con dolcezza e gli disse: "Se vuoi mangiarmi, non avere rimorsi, è naturale che questo avvenga, fa parte della legge della sopravvivenza."

Ma il lupo gli rispose: "Sei così tenero, che mi fai compassione, e non riesco ad azzannarti, per placare la mia fame" "Sì lo so" gli disse l'agnellino, "ma io sono stato dentro di te, sotto la tua pelliccia, e sentivo il tuo stomaco brontolare, per i morsi della fame e il tuo cuore disperarsi, perché avevi perso il tuo branco e ti sentivi solo".

L'agnellino guardò il lupo, mentre le lacrime, gli scorrevano a fiumi e gli disse: "No, caro lupo solitario, io sono cresciuto con te, perché appena nato avendo perso mia madre, cercai rifugio dentro la tua pelliccia nera, mentre tu, dormivi profondamente.

Così ho vissuto questi mesi passati, insieme a te, respirando i tuoi respiri, gioendo delle tue gioie, e soffrendo con la tua solitudine, che era anche la mia. Io, sono in parte te, e se tu mi mangi, non mi dispiace, perché è come se placassi la mia stessa fame".

Il lupo improvvisamente ricordò, che da alcuni mesi, nonostante fosse solo senza il suo branco, che aveva perso, si sentiva ugualmente in compagnia. Allora pensò: "Ma se l'agnellino che ha confortato la mia solitudine non ci fosse più, io mi sentirei nuovamente come prima. Uno smarrito lupo solitario. E perciò rivolgendosi all'agnellino gli disse: "No caro fratello, la natura è vero direbbe in questo caso, che io, per salvaguardare la mia specie, ti devo mangiare. Ma tu hai salvaguardato la mia specie, sentendoti parte di me. Non ti mangerò, ma ti terrò con me vicino, finché morte non ci separi".

L'agnellino non poteva credere alle parole del lupo e ancora preoccupato per lui, gli suggerì: "Se non mi mangi morirai di fame." Il lupo allora gli disse: "Potrei forse morire di fame, dopo che il tuo amore, mi ha riempito i sensi e l'anima?"

Le stelle stavano a guardare quella notte, e quando spuntò il giorno, esse brillavano nel cielo insieme al sole, e la terra fu invasa da tanta luce, che tutto il mondo, ne fu abbagliato.

Mercede



Vignette di
Angelo Campo



IL FISCHIETTO

C'era una coppia di sposini che aveva un figlio di un anno e mezzo. La mamma maliziosa dice al bambino: "quando vuoi fare la pipì, devi dire a mamma voglio fare il fischiello". Siccome il bambino dormiva nel letto matrimoniale si sveglia la notte e dice: "papa voglio fare il fischiello" "no svegli la mamma" "ma papa" insiste il bambino "voglio fare il fischiello" "no che la mamma dorme". A un certo punto gli dice: "papa non cela faccio più, voglio fare il fischiello" e il padre "fallo piano piano nel' orecchio di papà"

Giorgio Onnis



Manicomi diplomatici nel 2003.

Fino a che non vi sarà un interesse politico, non si potrà applicare il diritto sulla salute mentale. L'opinione pubblica per via dell'ignoranza collettiva, non si preoccupa di ciò, tale ignoranza è in primis del politico che non appena vede la scritta "schizofrenia" scappa, sempre pronto ad aiutare con stanziamenti miliardari strutture pubbliche di diverso tipo, lui stesso emargina la sofferenza mentale.

Non vi è la minima collaborazione tra le varie istituzioni, come Regioni, province, Comuni e Enti Ospedalieri, la stessa Legge 180 non viene applicata o attraverso azioni politiche viene usata in modo negativo:

Infatti politica e legge sono un'arma a doppio taglio e con molta facilità viene violato il "diritto inviolabile dell'uomo come singolo soggetto esistente" applicando l'interdizione con cavilli medico/legali risalenti anche al 1740, come se oggi non ci fossero cure mediche psichiatriche idonee, o se tale atto legale impedisse il regredire o il progredire della malattia stessa.

Negli S.P.D.C. ancora oggi il paziente viene chiuso a chiave in reparto perché considerato pericoloso per se stesso e per gli altri o ancora viene sedato più per il disturbo del personale che per la malattia di per se. Il contenimento viene usato mettendo a rischio la salute della persona stessa, come il caso di una ragazza di 22 anni che ha rischiato la disidratazione durante la sua degenza ospedaliera.

Esistono casi di "doppia diagnosi" (neurologica e psichiatrica o altre patologie organiche) ma non vengono prese in considerazione dagli stessi medici, in quanto ormai la patologia psichiatrica prende il sopravvento su tutto il resto, violando lo stesso "diritto alla salute".

Gli stanziamenti Regionali vanno a rilento, o a "simpatia", l'abbellimento delle strutture pubbliche viene prima della persona malata.

I Comuni e le Asl, la danno a bere con i lavori "socialmente (in)utili" o la L. 20 invece di fare degli inserimenti lavorativi seri, davanti all'evidenza bisogna solo rimboccarsi le maniche, e lo stesso Min. della Sanità Sirchia dovrebbe prendere immediati provvedimenti anche sulla salute mentale come sulla salute fisica.

(Scritto da chi tutto questo lo vive ogni giorno sulla propria pelle)

Frau Carmela Amedea.

Non riesco proprio a capire, come un crocefisso appeso ad una parete, che tace e non si muove possa dare fastidio, o peggio provocare danni psicofisici o ledere in qualche altro modo una persona.

Dio ha lasciato il libero arbitrio a tutti gli uomini e non ci ha imposto niente, ci ha solo mandato suo figlio Gesù per insegnarci a vivere e a credere nel Padre di noi tutti, che col suo sacrificio sulla croce, ci ha redenti dalla schiavitù del male che ci attanagliava. Ma ci ha lasciati liberi di decidere, secondo la nostra volontà.

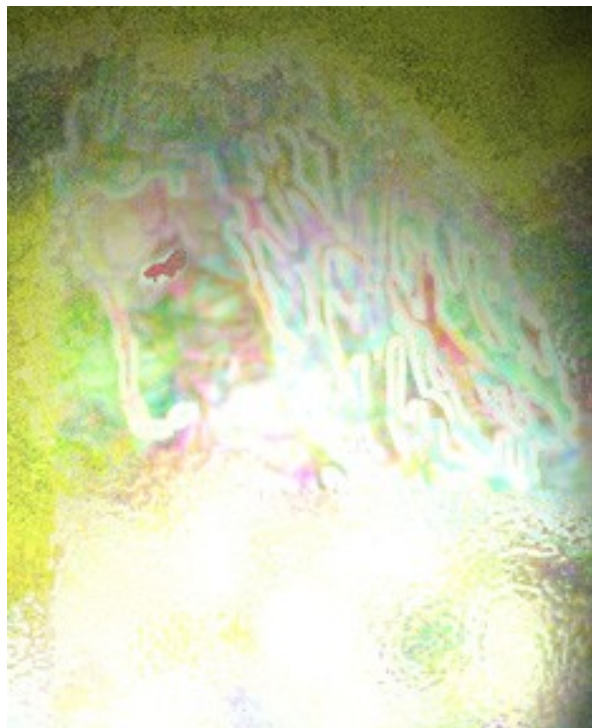
Quindi il Signore ha agito secondo il più alto principio democratico, si può proprio dire. Tutte le religioni con i loro saggi e santi, ricercano e contemplano il Dio di tutto il mondo, dell'universo e di tutto il creato.

Il Papa stesso ha fatto opera di riconciliazione e di unificazione, chiedendo perdono per i misfatti compiuti nelle varie epoche, di tutti i malfattori mascherati nella chiesa, e non per niente fu mandato San Francesco a riparare la Chiesa, in quel periodo in cui il male, aveva contaminato gli uomini.

Inoltre l'Europa in genere e specialmente l'Italia ha delle radici cristiane e cattoliche, di carattere profondamente artistico e culturale. E non vedo perchè una persona mussulmana, che entra in un aula di una scuola dove vi è appeso un crocefisso, debba essere lesa da questo e non debba rispettare per principio, il nostro credo che ha alla base come tutte le religioni, il Dio unico Padre di tutti.

La nostra cultura insieme alle nostre leggi, prevede che si può appendere il crocefisso, sia nelle aule scolastiche come negli ospedali o in qualsiasi luogo pubblico o centro di aggregazione. Se io mi recassi in un aula di una scuola del medio oriente, non credo che non accetterei e contesterei i costumi di quella cultura, e non giudicherei i fedeli islamici, quando si ritirano in preghiera, per il Ramadam.

Tenendo conto di tutto ciò di cui ho parlato, debbo proprio concludere, che il signor Adam Smith, è non solo un anticristiano, ma non è nemmeno un buon mussulmano, perchè non osserva che l'unità e la pace universale e le regole della convivenza, sono la base dei doveri e diritti di qualsiasi essere umano, che rispetti il principio dell'amore con il quale Gesù ci ha insegnato con la sua vita e con queste parole "Amatevi tutti, come io vi ho amato e rispettatevi gli uni con gli altri".



Disegno ddi Salvatore M.

Angelo Campo

Tutti noi .

*Come il sole tondeggiante ,
così sono le nostre prese di mano .*

*Rinasciamo
crescendo, sostenendoci ,spingendoci,
e stringendoci a noi .*

*Forse disagiati ,
a volte da altre mani aiutate ,
da risate e divertimenti,
altre volte spinti a fatica da frustrazioni
e scoraggiamenti,
ma come il sole tondeggiante ,
noi siamo caldi e qui
perché il nostro “mondo”
è così per tutti noi.*

Amedea

Onde Corte

Giornalino periodico sperimentale

In redazione:

**Amedea F. Francesca S. Francesca A. Marino S. Giorgio O.
Angelo C. Ubaldo S. Salvatore M.**

Disegni:

Angelo C. Marino S. Salvatore M .Ubaldo

Foto :

Amedea F.

**Chi vuole collaborare o fornirci materiale
Può contattarci ogni giovedì dalle 16.00 alle 19.00
In via A. Diaz 109 _09045 Quartu S.Elena
Tel. e fax 070/8630382**