

# LOTTAVA ONDA

Ottava sezione — NCP Sollicciano Firenze

**NUMERO 10** (marzo-aprile-maggio)

## La redazione

### Lottava onda

Shady  
Cristian  
Francesco  
Francesco  
Gennaro  
Giovanni  
Costantino  
Angelo  
Claudio  
Samir

### Settimino

SB  
Maicol  
Kraidi  
Simone  
Davide

## Coordinamento

Sarah D'Errico  
Alberto Morino  
Irene Puppo  
Alessandra Riva



+ *SETTIMINO*, della **SETTIMA SEZIONE**

## *L' EDITORIALE*



*DELL'OTTAVA ONDA*

# **TUBERCOLOSI**

**(INTERVISTA ALLA D.SSA DI BELLO)**

La tubercolosi (TB) è stata importata dall'est Africa 4000 anni fa con l'immigrazione dei popoli.

La TB non è un virus, ma si contrae da un bacillo, denominato "bacillo di KOCH" che colpisce i polmoni, ed è una malattia cronica perché può rimanere a vita nel nostro organismo manifestandosi anche molti anni dopo.

I principali sintomi sono:

- tosse importante secca
- tosse escreata rossiccia, ossia con presenza di sangue

Mentre quelli che evidenziano palesemente la contrazione della TB sono:

- Febbre
- Sudorazione notturna
- Dimagrimento.

Dal contagio al manifestarsi dei primi sintomi passano dalle 2 alle 12 settimane, a meno che non resti asintomatica, ossia si contrae ma non si manifestano i sintomi nè si può trasmettere ad altri individui.

Una volta contratto il bacillo, il nostro sistema immunitario reagisce in 2 fasi. 1 fase: le nostre difese immunitarie bloccano la ricrescita del bacillo;

2 fase: le nostre difese possono murare il bacillo, lo ingabbiano nei tubercoli, senza però ucciderlo.

Quindi può restare parecchi anni fermo senza mai manifestarsi, però una volta che

le difese immunitarie si abbassano la malattia riprende vita, manifestandosi. La TB interessa principalmente i polmoni e i danni che provoca sono strettamente e solamente legati alla malattia, non implicando e favorendo lo sviluppo di altre malattie, nel corso del suo effetto.

Il bacillo della TB si contrae molto facilmente; in passato ci sono state svariate epidemie e gli stati di nervosismo, stress e ansia possono favorire la contrazione della TB, visto che abbassano le difese immunitarie (vedi l'herpes si manifesta nel nervosismo, perché abbassa le difese immunitarie, la stessa cosa per la TB)

Il contagio avviene tramite via aerea ossia sputando, starnutando, tossendo o anche il semplice parlare in un momento di contagio, tutto questo perché ogni gocciolina di saliva ha una carica batterica, quindi un rischio di contagio e può essere trasportata dalla semplice corrente d'aria anche a lunghe distanze.

Uno dei modi per contrastare in carcere il contagio è areare continuamente i locali e cercare per quanto possibile di fare entrare la luce, perché i raggi del sole ammazzano il bacillo della TB.

Il contagio dipende dal tempo di esposizione al bacillo del TB e dalla distanza tra il contagiato e il sano.

Quando un paziente è in fase di contagio non viene lasciato in cella insieme ad altre persone; quando viene lasciato in cella è perché è positivo alla TB ma non può contagiare altre persone.

Una volta rinvenuto e localizzato il bacillo nel paziente viene, per circa 2 settimane, isolato e viene attivata una terapia che dura 6 mesi e che contrasta la fase di contagio in circa 15 giorni, alla fine della terapia il bacillo viene completamente debellato, ma a differenza di altre patologie si può contrarre più volte nel corso della vita. Anche il vaccino della TB non è assolutamente protettivo, non per effetti collaterali ma perché non esclude al 100% la contrazione della TB.

Per monitorare il contagio della TB esiste un esame denominato Mantoux; consiste nell'iniettare nella parte volare de braccio tramite puntura intradermica, una proteina chiamata "Tubercolina", che viene estratta dal bacillo e resa innocua. Se si è contagiati si forma un "ponfo", se questo ponfo è di diametro superiore ai 5mm è positivo, che può volere dire che la malattia è in corso, o che anni fa si era contratto il bacillo della TBC, quindi il nostro sistema immunitario avendo una "memoria di difesa" e quindi avendo sviluppato gli anticorpi reagisce all'immissione della tubercolina.

Lo specialista quindi in base alla reazione della Mantoux decide di fare altri approfondimenti: RX



ai polmoni, coltura dell'escreato, che consiste nel tossire e sputare in un contenitore asettico, nel quale viene messo in coltura batterica e analizzato per trovare il bacillo di KOCH, se viene rinvenuto, l'infezione è in corso, se è negativa vuol dire che si è stati sensibile per aver incontrato il bacillo in passato.

Le malattie più diffuse in carcere sono:

- TB
- Epatite C e B
- Sifilide
- Scabbia
- Influenza
- HIV
- infezioni della pelle da tatuaggi e "buchi sporchi"

Ad eccezione della scabbia e dell'influenza queste malattie sono tutte monitorate per protocollo. Di queste malattie, il rischio di contagio si alza o si abbassa in base al livello di "carica virale", cioè più alta è la carica virale più alto è il rischio di infezione. Questo valore si monitorizza tramite esami del sangue. La miglior precauzione per prevenire il contagio dell'Epatite B, C e dall'HIV è igienizzare con la candeggina.

Ognuno di noi ha diritto per legge di richiedere gli esami per le malattie infettive riportate prima.

I vaccini obbligatori, nella vita di ognuno di noi, sono quelli per: difterite, poliomielite, epatite B e antitetanica, che sono vaccini quadrivalenti, cioè un'unica somministrazione copre per tutte e quattro le infezioni ma che per diventare definitivi hanno bisogno di diverse somministrazioni.

I vaccini facoltativi sono quelli per: Meningite, Morbillo, Pertosse, Influenza.

Io penso che il miglior modo per non contagiare altre persone e per curare se stessi sia il rispetto reciproco nei piccoli gesti quotidiani di pulizia e disinfezione del luogo in cui si vive e soprattutto di non sottrarsi agli esami proposti.

*Si ringrazia per la collaborazione il dott. A. Gabbuti del reparto Malattie Infettive O.S.M.A. Firenze*

# PARLIAMO DI CARCERE



## Arancia meccanica... 40 anni dopo

(quando certe mode possono far male)

Negli anni 70 nei cinema di tutto il mondo proiettavano il film di Kubrik "Arancia meccanica".

Io da tempo già integrato a Roma avevo l'età di 18 anni. Questo film ambientato in Inghilterra già faceva pensare al tipo di violenze che ci sarebbero state da lì a venti anni, dunque il futuro delle nuove generazioni. Nel film una banda di giovani, imbottiti di droghe, si divertiva a pestare o a massacrare persone di ogni età a colpi di bastone; uccidevano gratuitamente solo per il gusto di farlo. Faceva da cornice la magnifica musica di Beethoven e di Rossini. Da questo film sono trascorsi circa quaranta anni, ma già da venti la violenza è tra di noi; dunque la profezia di Kubrik era esatta. Da molto tempo le cronache dei giornali e della televisione denunciano questo tipo di violenza. Bande di bulli nelle scuole, bande di giovani adulti che scommettono su chi manda ko con un solo pugno il primo malcapitato. Omicidi negli assalti alle ville, massacri in famiglia, donne uccise per poco, come una grande moda malata. Tempo fa, durante una riunione del nostro giornale, ho notato il volto sconvolto di una nostra dottoressa che coordina il nostro lavoro di redazione. Lei era sconvolta perché si era appena imbattuta in un'immagine sconvolgente: un detenuto con il volto ridotto ad una maschera di sangue. Noi detenuti sappiamo quanta violenza c'è all'interno di questo carcere. Non vogliamo pensare quanta altra ce ne sia in tutte le altre prigioni d'Italia. E c'è di peggio: ferimenti in cella, nelle docce, nelle scale, all'aria e così via; dei veri pestaggi. Evitare questo ci è quasi impossibile per vari motivi. Oggi rispetto a quaranta anni fa c'è molta più droga. I detenuti sono molto più numerosi rispetto a prima. In quegli anni ci scappava il morto, oggi ci si limita al pestaggio. Poi la violenza carceraria è dovuta al troppo nervosismo, alle mancate promesse di amnistia ed indulto. Il detenuto stesso è ogni momento violentato dalle torture del sovraffollamento ed è pieno di

frustrazioni. L'uomo ha bisogno di spazio. La situazione narrata da Kubrik è già tra noi da molti anni, come una vera influenza senza antidoto. Forse un nuovo film, forte, che tutto il mondo riesca a vedere, può contribuire a cambiare questa micidiale "arancia meccanica". Un titolo: "La banana al cioccolato". Chissà che non si possa cominciare a cambiare gusto, senza meccanica, con più naturalezza, più dolcezza.

Angelo



# Ila: "Alla violenza rispondi con le rose"

Ila è il nome del carcere in Norvegia che accoglie detenuti con pene di lunga durata. Qui è detenuto anche Anders Behring Breivik, il terrorista norvegese conosciuto in tutto il mondo in quanto autore degli attentati del 22 luglio 2011 che hanno provocato la morte di 77 persone.

In Norvegia la pena di morte non esiste. Questo è un dato comune a tanti paesi. Ma in Norvegia non esiste nemmeno l'ergastolo. La pena massima è di 21 anni. Perché il pensiero umanitario della società democratica norvegese è che "nessuno deve morire in carcere" e che "alla violenza si deve rispondere con le rose".

L'impostazione principale della detenzione in Norvegia è che il detenuto deve condurre una vita il più normale possibile, in modo da facilitare il reinserimento nella società una volta scontata la pena.

Un esempio? A Ila c'è solo un medico generico. Per andare dal dentista bisogna chiedere un permesso e una volta ottenutolo il detenuto può recarsi come qualsiasi altro cittadino.

Ogni detenuto ha il permesso uscire da solo senza controllo per un giorno dopo avere dimostrato di essere affidabile per un certo periodo di tempo. Se la buona condotta è costante, il permesso può estendersi fino a 2-3 giorni.

Ci sono inoltre permessi per motivi socio-familiari (matrimoni, battesimi, funerali) che possono essere dati già dal primo giorno di detenzione. Questi permessi richiedono però la scorta di un agente (vestito in borghese, perché è importante che il detenuto possa muoversi in libertà senza paura di essere guardato in modo strano dalla gente).

Durante il periodo di detenzione ogni detenuto deve preoccuparsi della vita che decide di avere in prigione e interessarsi ad essa, ma la preoccupazione e l'interesse sono anche riguardo al tipo di vita che vorrà una volta fuori dalla prigione.

La croce rossa si occupa di sostenere il detenuto nel periodo di carcerazione con volontari, (rapporto 1=1, un volontario per detenuto) con i quali e attraverso i quali il detenuto può dialogare, pianificare e mantenere un contatto con la famiglia e il mondo esterno.

Il KIF (Kriminal Omsorg Frihet, "cura della libertà di un criminale") è invece un ente che si occupa di aiutare i detenuti a pianificare la loro vita dopo il carcere.

Tre sono le cose principali che la società norvegese ritiene fondamentali per un corretto reinserimento: avere una casa, avere un lavoro e avere una rete. Il KIF aiuta il detenuto a trovare una casa, a trovare un lavoro e a far parte di un rete di persone con le quali condividere hobby e interessi (ti piace pescare? Tramite il KIF puoi diventare membro di gruppi interessati alla caccia e alla pesca).

Il KIF si occupa di promuovere inoltre l'apertura e il dialogo nel contesto dove l'ex-detenuto andrà a vivere, perché l'idea della società norvegese è che quando la pena è finita, la società deve essere in grado di dimenticare il passato per dare ad ognuno la possibilità di ricominciare da capo.

Ma come si vive a ILA?

Come la maggior parte delle prigioni in Norvegia, ILA è una struttura nuova, moderna, e ben tenuta. Accoglie circa 100 detenuti.

Ci sono celle di isolamento, dove solo c'è solo un materasso. Però la regola è che nessuno deve stare in una cella di isolamento per più di 48 ore e che il detenuto deve essere controllato ogni 30 minuti.

Ci sono poi celle "normali" sia per detenuti in isolamento che per detenuti con libertà di movimento. I detenuti con libertà di movimento possono uscire dalla cella a partire dalle 7:00 del mattino e devono rientrare entro le 22:00.

Ogni detenuto ha una sua cella. In ogni cella c'è un letto, un comodino, un tavolo, una scrivania, e una libreria. Dopo aver dimostrato la buona condotta è possibile fare richiesta di televisione privata e PC (senza accesso a internet).

Ogni 18 celle (disposte lungo un corridoio con 9 celle per parte) c'è a disposizione un salotto (con tavoli, sedie, poltrone e televisione), un tavolo da ping-pong e una cucina (dotata di frigorifero, fornelli e lavastoviglie). Durante il periodo di libertà è possibile recarsi in biblioteca, in palestra, al campo da calcio. E' inoltre possibile andare a scuola (Ila copre fino alla licenza media superiore), oppure lavorare nella serra o nei laboratori di metallo e legno. Coloro che scelgono di andare a scuola hanno anche accesso controllato a internet. Coloro che scelgono di non lavorare e non andare a scuola devono rimanere in cella durante gli orari di lavoro e di scuola.

Nel tempo libero i detenuti possono partecipare a tornei di bridge o scacchi, far parte del coro, fare corsi di ginnastica e pesi, far parte di gruppi di teatro, fare musica individuale o di gruppo.

I detenuti possono cucinare e prepararsi da mangiare come e quando vogliono. Il frigorifero è diviso in scomparti dove è possibile lasciare le proprie cibarie indicando il nome del proprietario.

Ogni detenuto riceve 70 corone al giorno (circa 8.5 €). Se il detenuto decide di

lavorare può guadagnare qualcosa in più. Quando un detenuto raggiunge la cifra di 500 corone (circa 60 €), può ordinare e acquistare cibarie e sigarette (non bevande alcoliche), scegliendole tra quelle disponibili nella lista della prigione.

Se un detenuto ha bisogno di vestiti specifici (come per esempio un vestito elegante per un matrimonio o un battesimo) può fare domanda per ottenere soldi per acquistarlo.

Ci sono inoltre le gite di gruppo: di solito un agente per 3-4 detenuti (che hanno dimostrato buona condotta). I detenuti possono andare per 2-3 giorni in gita in bicicletta o in canoa. Questo è un modo per fare esercizio fisico all'aria aperta e rimanere in contatto con il mondo fuori dalla prigione.

Qual è il risultato di un sistema carcerario fondato su questi presupposti? Sarà forse sufficiente riportare una percentuale. Il tasso di recidiva è in Norvegia del 16 %. Il tasso di recidiva in Italia è del 69 %.



# Sport in carcere

Frequentando la Casa del Popolo nella mia adolescenza, che notoriamente era un "postaccio", ricettacolo di ogni traffico e illegalità, capitava costantemente di sentire che questo o quel tipaccio era stato arrestato e dopo qualche mese lo rivedevi a piede libero irrobustito considerevolmente. Quando si vedevano questi figurati tornare al "covo" si diceva: "Guarda è tornato dal carcere. Che fisico ha messo!", intendendo che lì/qui si presupponeva esistessero palestre o cose simili all'interno. Anche guardando i film si vedono i detenuti che si allenano, etc, etc. Il mio stupore da quando sono dentro è che vedo persone, almeno al giudiziario dove mi trovo io, che dimagriscono o ingrassano considerevolmente e "fisicati" pochi o nessuno. Di palestre neanche l'ombra ed al massimo quando vedi qualcuno con un aspetto veramente sano è perché ha trovato la forza psicologica di assemblare le bottiglie d'acqua da usare come manubrio da palestra e magari una sbarra per le trazioni ricavata da un manico di scopa, oppure si è organizzato ad allenarsi tirando su e giù il compagno di cella come un sacco di patate. Scherzi a parte posso dire che non me lo aspettavo proprio! Io stesso sono arrivato con il cosiddetto "phisque du role", come sempre ho avuto da che ero un ragazzo, nonostante anche la vita sregolata e autodistruttiva che stavo seguendo ultimamente, e adesso ho perso molti kg ed in più mi sveglio tante mattine chiedendomi chi mai mi possa aver picchiato durante la notte, nonchè con uno stato psicologico non necessariamente dovuto alla mia detenzione. Se non consideriamo la poco più di un'ora al campo sportivo ogni 15 giorni, il tempo da passare all'aria aperta si riduce considerevolmente, non

avendo i passeggi nessuna copertura nè riparo dagli agenti atmosferici. Gli spazi di cammino sono fogne a cielo aperto e respirare vera aria è un'utopia. Esattamente quello che vale per il cibo. Comprendo che manchino i fondi per qualsiasi cosa e quindi non mi sembra il caso di estendere il discorso in tale direzione, ma non dovrebbero sapere anche i bambini che lo sport è alla base del recupero dell'essere umano? Sia dal punto di vista psicologico che per un aggregazione sana e integrazione vera, sia dal punto di vista fisico. Non l'ho inventato io, tra le altre cose, il detto "men sana in corpore sano" a cui si dovrebbe aggiungere "e viceversa". L'attività fisica fa liberare nel corpo le endorfine, che aiutano la salute ed il benessere mentale e di conseguenza fisico. Si allenterebbero le tensioni che si vengono ad accumulare in un posto di sofferenza come la prigione e si ridurrebbe l'imprevedibilità e pericolosità tra detenuti e anche con la polizia penitenziaria. Ci sarebbe meno autolesionismo e, la cosa più interessante, anche un notevole risparmio sulle spese sanitarie del penitenziario e maggior disponibilità da parte dei medici. Meno stress per loro significherebbe maggior capacità di selezione e conseguente presa in carico di chi ha veramente problemi seri ed ha il diritto di essere curato in modo adeguato. Sto esagerando? Dicono che le strutture adibite allo sport ci sono ma inagibili, e anche messe in grado di essere funzionali comporterebbero la messa a disposizione di personale specializzato. Ma non siamo uno dei paesi del G20?

C'è veramente da riflettere!

Francesco

## CANTO LIBERO

### A mia madre

Sento all'orecchio quella voce soffusa e tenue ma molto forte.

Gradualmente assume padronanza incitata dal quel conforto dato per scontato;

Arriva di soppiatto un momento sospirato, ansioso, incuriosito ed impaurito quasi intrappolato!

Adesso prende forma un volo inconsapevole, libero da ogni minima preoccupazione; pensieri danzanti e fluttuanti giungono a te. Si tratta forse di doverose scuse al fine di comporre un mosaico effimero, astratto.

Sai, riconosco il tuo sguardo indelebile alla mente: il mio è un appello dal quale tu non puoi esimerti nascondendoti dietro l'indifferenza.

Come una risacca, sopraggiunge un'inquieta ombra solitaria, libera, irrequieta o impazzita?

Chiusa conchiglia che dal sole si lascia riscaldare, non opponendo alcuna resistenza.

Vari rumori intorno a me prendono campo e catturano la mia attenzione. Miscelati suoni e liberatorie sensazioni...arrivano ovunque.

Costantino



## Bella ciao

La lontananza ostacola perché sei assente. Il fuoco che si fa cenere.  
Il mio desiderio che si fa più forte  
Di più ti amerò, ti adoro, ti rispetto, cerco la tua grazia.  
Sì perché sei piena di virtù.  
Mentre io non ho speranza ma non voglio morire per quel poco di caro che mi avanza.  
Perciò ardo nelle fiamme, e amo gridando: vivendo muoio e vivo morendo, ho sete d'amore.  
Però tu ora guardati con i miei occhi innamorati che vedono lo splendore del mondo.  
Quando il sole splende sul tuo viso, ti penso ancora più bella, piena di luce.  
È stato il tuo corpo abbracciato al mio corpo a dare vita a questo canto. Tu sei il sole  
immortale che tutto feconda e genera, più desiderio, più passione, un'antica speranza.  
Con questo canto mi sento vivo, sincero, più vero.  
Il desiderio di amarti così lontana, la passione di bruciare nelle brezze dell'amore,  
alimentata dalla distanza, dalla negazione.  
Divampo perché non ci sei, il desiderio mai soddisfatto, ardere in queste fiamme, io amo.  
Il buddismo si fa freddo. Mi rende più creativo, tuttavia ho sete d'amore.  
Ricominciare la propria vita, combatterò fino alla morte.  
Sarò forte, fonte della mia natura, l'essere cromatico, ricerca del melograno.  
Aspro dolce come le more nel mezzo delle spine  
Alleluja. Bella ciao

Angelo

## La danza del tempo

L'orologio batte il ritmo costante del tempo  
I pensieri danzano in girotondo,  
colpendo sempre la mia mente,  
e si rinnova sempre nelle lunghe veglie.  
È sempre uguale, monotono stressante,  
stordito e stanco, non afferro il sonno.  
Batte il ritmo di ciò che è il mio tempo.

Angelo

## Energía mutabile

L'amore vero tu lo sai, è...  
volere la gioia di chi non ci appartiene  
...e questo uscire, traboccare...  
da se stessi...  
come il sangue dalle vene  
per un taglio,  
è l'irrinunciabile...  
... amore... energía mutabile  
eterno bene

Katía

## Luci

Fascio di luce penetrante  
il rapper urla la sua rabbia lancinante,  
gabbie inondate di mille raggi,  
la notte invade, e i tuoi sogni sono mille  
viaggi,  
strade invase di esseri umani,  
ma tu oggetto di trattamenti disumani  
città affollate, carceri affollati  
i tuoi pensieri offuscati  
corpi martoriati  
là in fondo aleggiano fuochi fatui  
sorrisi e anime serene  
il benessere scorre nelle tue vene.

Alessandro

## Sei una stella in cielo

Senza il tuo amore  
Come potrei essere  
Come sognare  
Come potrei stare?  
Non ho più le ali  
Non posso volare  
Guardare dall'alto  
Il ballo,  
il movimento dell'erba  
che sull'ebbrezza di un vento leggero  
i fogli svolazzano  
attorno agli alberi  
incontrarsi a terra

attaccati, abbracciati  
come se facessero l'amore.  
Come potrei essere  
Senza il tuo amore  
Come potrei volare  
Come potrei notare  
L'amore che vive in ogni creato  
Il tuo amore mi fa salire  
Da un uomo mortale  
Divento beato  
Sei la mia stella in cielo

Souissi

## Elogio al bibliotecario, portatore di libri

Ho preso come esempio il lavoro del bibliotecario o più realisticamente colui che con un carrello consegna libri per otto sezioni. Per chi ama la lettura questa sua presenza ci dà un senso di libertà. Con lui non solo si parla di letteratura vecchia e nuova, ma più volentieri per alcuni minuti si può evadere con l'uso della fantasia. Dagli assistenti questa persona in parte è visto con sospetto, fomentatore, quello che trama di nascosto, un pericolo consentito. Per me e per noi questa figura umana è importante, sappiamo che è onesto con tutti, devo qui scrivere che è una buona persona, intelligente, paladino dei deboli, squisito. Disquisire con lui è come leggere un'intera pagina di un libro, ci gustiamo un momento di vero relax, stacchiamo per un po' la spina della prigione e parliamo partendo per un viaggio mentale fuori dei soliti discorsi criminologici.



Prima di sparire per circa una settimana, il bibliotecario ci consegna un libro da leggere, spesso da lui consigliato in base al nostro modo di pensare e quasi sempre c'indovina. Immagino questo personaggio con tutto il suo carico di libri, andare cella per cella in queste otto sezioni, lui vede e parla con tutti e tutti lo conoscono. Lo attendono con tanto piacere perché, oltre a distribuire libri, dà anche loro buoni consigli, aperto con tutti. Molto diverso dall'infermiere, altro personaggio da descrivere. Il bibliotecario non dà medicinali ma una cura mentale.

L'ho quindi intervistato in breve tempo raccogliendo dati importanti.

Ad esempio il 5% sono i detenuti che leggono veramente. Il 90% dei libri non tornano sani. Dentro si trova di tutto, lettere d'amore iniziate e non finite, messaggi d'amore, fiori e foglie secche. Pagine stracciate alla fine che non si sa come questo libro va a finire. Copertine rotte negli angoli per fare filtri per fumare.

E bene diciamo che, questo personaggio mobile ci piace. Spero che come tanti vada libero a casa, difficilmente verrà sostituito così come lui sa fare, ma nel frattempo l'attendiamo volentieri.

Angelo

# LADROGA

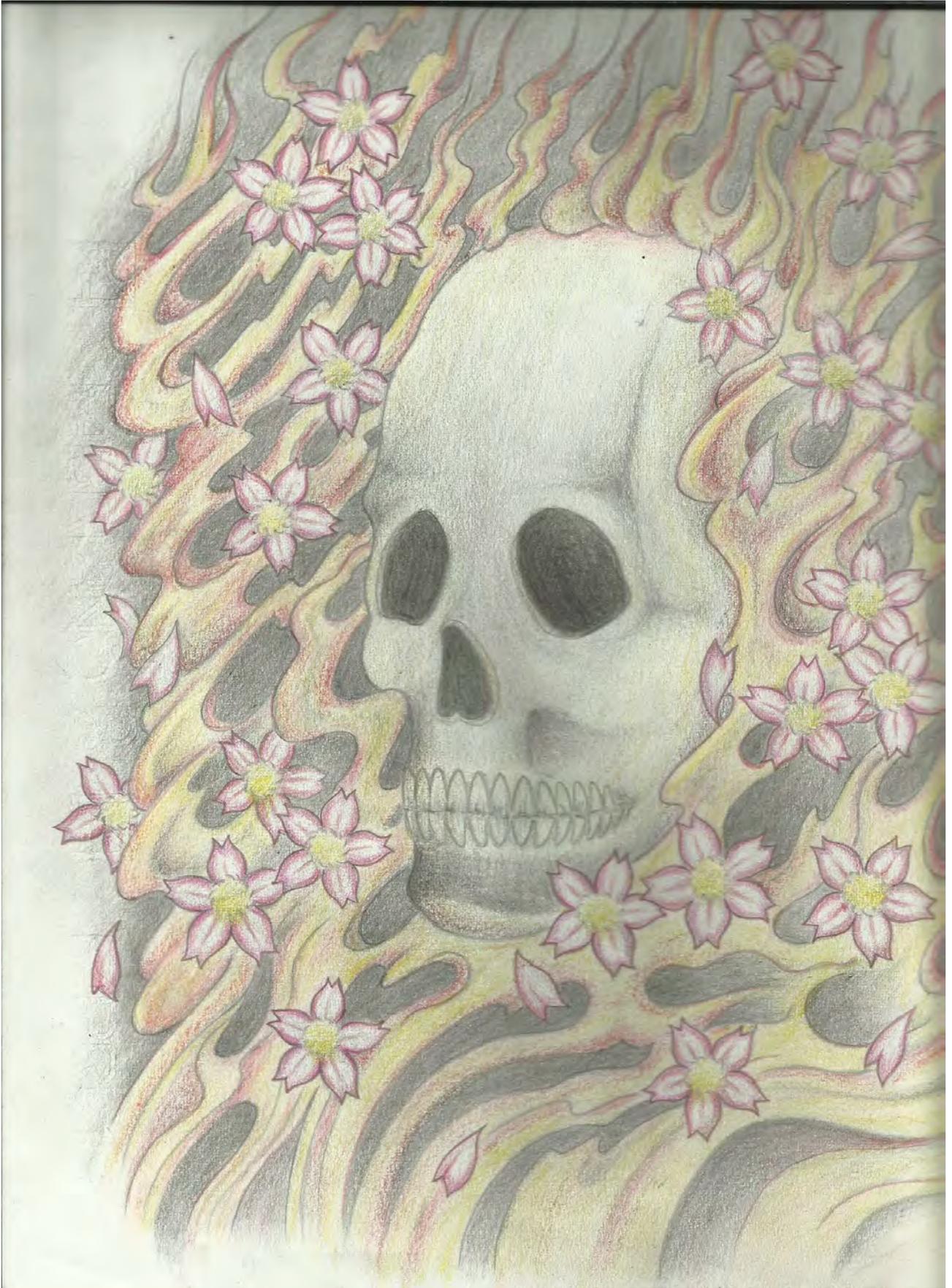
La parola droga se ci pensiamo bene non ha un solo significato – quello della sostanza – ma è una parola polisemica: per molti significa divertimento, per molti significa staccare il cervello, per molti significa soldi, per molti significa morte e per altri vita, per altri significa paura, per chi non la conosce curiosità, per chi la conosce troppo bene significa schiavitù, per alcuni artisti vuol dire aprire il cervello e per gli scienziati significa bruciare il cervello, c'è chi la considera una piaga, c'è chi la considera una manna, alcuni la considerano una rovina per la propria famiglia, per altri è un sostentamento per la famiglia, per alcuni è indispensabile nella propria quotidianità, per altri è una convivenza indesiderata, per qualcuno è un lavoro debellarla, per qualcuno è un lavoro espanderla.

C'è solo un punto in comune a tutte queste tipologie: che tutti fanno una scelta, di far entrare o no la droga nella propria vita.

Io non voglio dire che la droga sia giusta o no, voglio solo dire che dobbiamo smetterla di fare come i politici che sono contro la droga e poi non si presentano a fare i test anti-droga. Rendiamoci prima conto se la droga è una cosa che ci fa stare male o no, perché, cari drogati, se siamo in astinenza, se non abbiamo più nessuno a causa della droga, la colpa è soltanto nostra. Per cambiare dobbiamo cominciare a prenderci la responsabilità delle nostre azioni. Piangersi addosso, maledire le sostanze per quello che ci hanno causato, è soltanto fare il gioco della sostanza. Cominciamo a chiederci chi è la causa di tutto questo, cominciamo ad ammettere che ci piace a volte anche più del sesso, cominciamo a guardarci da drogati e da sostenitori degli stupefacenti, e non più da vittime di questa punizione satanista. Perché, vedete, la droga è un punto d'arrivo, non è solo la droga che ci piace ma tutto ciò che la circonda, per come ci spinge a vivere, per come ci fa essere e non solo per come ci fa sentire in quel momento. È un po' come l'amore che paradossalmente ogni volta che ci si scotta, lo si cerca sempre di più.

È strano, ogni volta che qualcosa ci fa male, lo desideriamo sempre di più, quando qualcosa ci fa bene tendiamo ad allontanarlo. Perché a volte la via più semplice e benevola non si conosce e quindi si va per la via conosciuta anche se più dura.

Forse dovremmo cominciare a chiederci qual è la via che ci va di seguire e capire qual è la nostra vita, dipende tutto da come stai con te stesso, e questo non vale solo per i drogati. Dopodiché fate la vostra scelta.



Disegno di Francesco

# CORRISPONDENZA

Richieste di corrispondenza

## Annuncio

Ciao sono **Gennaro Fulmini**  
Se trovassi un'amica interessata  
intraprenderei una corrispondenza, la  
cosa è valida sia per ragazze ristrette  
a Sollicciano ma soprattutto anche  
per chi fosse interessata fuori fra le  
lettrici de *Lottava Onda*.  
Gennaro Fulmini C.C. Sollicciano, via  
G. Minervini n. 2/r 50142, Firenze.  
Ciao ciao ciao

Vorrei corrispondere per trovare  
nuove amicizie

Lucrezia Cicavo  
Sezione giudiziario  
Cella 21

SONO INTERESSATA ALLA  
CORRISPONDENZA CON  
NUOVI AMICI

Maria Marsigliano  
SEZIONE GIUDIZIARIO  
CELLA 7

Firenze, 18/04/2014

**Caro Gennaro,**

abbiamo ricevuto "L'Ottava Onda" e ti ringraziamo molto per il pensiero. Abbiamo letto le tue poesie, complimenti! Sono veramente molto belle! E ci ha fatto piacere leggerle e, soprattutto, che tu le abbia volute condividere con noi. È molto tempo che non avevamo tue notizie e diverse volte ci siamo chiesti dove fossi e se tu stessi bene. Nonostante il momento non facile che sicuramente stai attraversando, speriamo che tu stia bene e che tu possa utilizzare questo tempo come occasione per riflettere sul tuo stile di vita e sui propositi sul futuro.

Se ti fa piacere puoi scriverci, noi saremo contenti di mantenere questo rapporto epistolare.

Se ti possiamo essere utili in qualcosa, scrivici e per quanto sarà possibile cercheremo di venire incontro ai tuoi bisogni.

Qui a "Porte Aperte" le cose vanno avanti più o meno come sempre, con la novità che dal mese di maggio saremo aperti anche il sabato e la domenica.

L'altra bella novità è che si è unita al gruppo una gattina che si chiama Gina, anche se Alessio continua a



*chiamarla Agata e la Claudia Margherita. È l'unica che ha la possibilità di dormire a "Porte Aperte" ed entrare e uscire quando vuole! Avrai sicuramente modo di conoscerla e vedere quanto è bellina! Un caro saluto da tutti noi .*

*Porte Aperte*

## Un segreto per scrivere da sardo

Da sardo quando leggo un libro mi sento un ospite, un viaggiatore. Ciononostante quello che faccio sembra un compito ragionevole, accettabile. Quando poi scrivo in italiano mi sento un intruso, un impostore. Sembra sempre di fare compiti contraffatti, innaturali. Mi accorgo di aver oltrepassato un confine, di sentirmi perso, di essere in fuga, di essere completamente straniero. Quando rinuncio alla fantasia rinuncio alla mia autorevolezza, sono traballante anzichè sicuro, sono debole. Da dove viene l'impulso di allontanarmi dalla mia maniera astratta dominante del mio essere ormai da tempo? La lingua da cui dipendo e da cui provengo mi costringe a tradurre il mio linguaggio naturale in italiano. Sono straniero e lo sento anche perchè scrivo come dipingo, però prima di scrivere anche così mi mancava un'identità chiara, nitida. E' stato via via attraverso la scrittura e la lettura di ogni giorno, che mi sono impadronito dell'italiano, anche se per tanti può essere incomprensibile quello che scrivo. Quando scrivo mi sento dentro tutto l'italiano, più libero, e non mi inchiodo davanti ad un foglio bianco. Forse nello scrivere in italiano ho la libertà di essere imperfetto. Forse perchè dal punto di vista creativo non c'è nulla di tanto pericoloso quanto la sicurezza di prendermi un bel complimento "d'asino". Però ho scritto solo per il gusto di farlo dopo aver letto un libro. Nel momento in cui scrivo o leggo mi sento talmente libero che anche un metro di spazio di una cella di carcere può sembrare un paradiso. Credo che oltre a questo spazio e al foglio bianco ci sia solo un segreto: leggere, leggere, leggere, scrivere, scrivere, scrivere, senza dimenticarmi di essere sardo.



Angelo

# **“Le radici sono importanti, nella vita di un uomo, ma noi uomini abbiamo le gambe, non le radici, e le gambe sono fatte per andare altrove”**

Pino Cacucci <sup>1</sup>

L'Università mi dà l'opportunità di svolgere il tirocinio obbligatorio all'estero: Brasile, Salvador de Bahia. Per una durata di 6 mesi.

Decido di cogliere l'occasione e partire, insieme con una collega/amica.

Non conosco il Paese, se non per luoghi comuni, non conosco il portoghese, non so dove andrò a stare e non so in cosa consisterà il lavoro, nonostante questa totale incertezza credo profondamente che valga comunque la pena partire, perché non vedo in queste mancanze degli ostacoli insormontabili. In qualche modo ce l'avremmo fatta, lo spirito è fin dall'inizio uno spirito di adattamento accompagnato dalla voglia di mettersi in gioco pronte ad affrontare l'ignoto, perché non sempre l'ignoto deve far paura, può anche essere quello stimolo, quella molla che ti fa prendere delle decisioni che forse mai avresti preso. Intorno a me tutti molto perplessi, la maggior parte delle persone vedeva questa partenza come un'imprudenza, come una fuga. Interessante, una fuga. Chissà perché, ma c'è la cattiva abitudine di vedere nelle scelte di cambiamento, come un viaggio appunto, un bisogno di fuggire da qualcosa, come se non fosse possibile che la spinta nasca soltanto dalla curiosità di vedere il mondo, dalla voglia di rimettersi in discussione, per osservare la propria vita e sé stessi da lontano e decidere se ci piace ancora oppure no quello che siamo e quello che abbiamo. E prima conquista di questo viaggio: avere creduto nella mia scelta, essere riuscita a difenderla senza farmi influenzare, non aver permesso a nessuno di togliermi l'entusiasmo e la curiosità. Dovremmo sempre, e dico sempre, essere in grado di difendere le scelte che facciamo e quando non accade significa che siamo noi i primi a non crederci e merita quindi fermarsi per riflettere e domandarsi.

Sono tornata da un mese. E credetemi, un mese è poco, sono ancora sotto l'effetto sud-americano. Si può dire che sto soffrendo di “mal di Brasile?” Avrei moltissime cose da raccontare, è difficile scegliere cosa approfondire e cosa tralasciare. Sei mesi sono giusto il tempo per cominciare a rompere il ghiaccio con un paese così immenso geograficamente e culturalmente.

---

<sup>1</sup> Pino Cacucci (1955 – vivente) citazione dal libro *Un po' per amore, un po' per rabbia*, Feltrinelli, 2008. Autore che viaggia molto in America Latina, soprattutto in Messico dove ha abitato per lunghi periodi.

Cos'ho fatto laggiù per tutto questo tempo? In breve: per 4 mesi sono stata fissa nella città di Salvador a lavorare in due scuole comunitarie, nate per dare un appoggio extra scolastico ai bambini e ragazzi del quartiere. Ho poi lavorato all'interno di un centro culturale italiano-brasiliano dove si organizzano diversi laboratori: teatro, musica, danza, festival di artisti di strada, con la possibilità di cimentarmi in campi differenti da quelli abituali ed incontrando persone le più diverse. Ho poi ficcato il naso in progetti qua e là , lavorando con i "meninos de rua", (bambini di strada) con i "moradores de rua" (i senza dimora) cercando poco a poco di entrare nella realtà per conoscerla e farmene un'idea mia. Decostruendo i luoghi comuni, i preconcetti che inevitabilmente abbiamo, perché culturalmente determinati.

Per i restanti 2 mesi ho avuto la fortuna di avere la possibilità di fare il viaggio dentro al viaggio: ho toccato città come Belo Horizonte, Vittoria, Rio de Janeiro, Sao Paolo, fino ad arrivare in Amazzonia. Viaggiando non come turista in vacanza, ma sempre con lo spirito di chi si muove per conoscere, avendo quindi sempre come compagni di viaggio persone del luogo. Potrei scrivere un articolo per ogni persona o realtà incontrata, per ogni mezzo di spostamento utilizzato, per ogni paesaggio che i miei occhi hanno visto, per ogni sensazione provata.

Vivere e lavorare in Brasile ha significato fare i conti, ogni giorno, con i miei limiti, con le mie lacune, con le mie insicurezze. E' stato un continuo decostruire i modelli occidentali che ho nella testa, un continuo cambiare punto di vista, un continuo cercare di capire come funziona quel mondo, come funziona quella cultura, fare attenzione a non fraintendere e a non farmi fraintendere, essere propositiva ma senza essere invadente, cercando di trovare il mio posto.

Per tutta la durata del viaggio sono stata la bianca, l'italiana e poi, alla fine, Sarah. E' stata la prima volta che mi sono sentita bianca, non mi ero mai definita per il colore della pelle e non mi era mai successo di subire una definizione del genere. Destabilizzante, sconcertante, snervante. Sì, dover sempre dare dimostrazione di chi si è realmente per decostruire un'immagine data a priori, secondo un immaginario collettivo è faticoso, e fa rabbia, e stanca, ma il rispetto per sé stessi non ti fa mollare, ed ogni giorno ci provi, ogni giorno ribadisci il tuo non essere l'occidentale che viene a sfruttare il Brasile. Ecco che ho sperimentato che cosa vuole dire essere "lo straniero".

Interessante, provare sulla propria pelle è l'unico modo per cogliere l'essenza delle cose, interiorizzarla e quindi portarla sempre con sé, andando così a rimodellare il proprio modo di stare al mondo. Diventa uno stare al mondo più consapevole e cosciente.

Ci sono state anche belle scoperte, ad esempio: qui in Italia sono gli attestati, i titoli di studio a parlare di noi, a dire se siamo capaci o meno a fare qualcosa, si vuole vedere le cose scritte nero su bianco. In Brasile nessuno mi ha mai chiesto pezzi di carta che parlassero di me, ma c'è stato il credere in quello che dico di saper fare ed ho avuto l'occasione di cimentarmi, di sperimentare, senza la necessità della famosa esperienza. Nessuno mi ha mai chiesto da quanto tempo facessi una certa cosa. Un'improvvisazione che all'inizio ho visto come approssimazione e poca professionalità, oggi mi rendo conto che è un dare la possibilità di dimostrare ciò che si sa fare, senza perdersi troppo in chiacchiere. Qualcosa di prezioso.

Ci sono poi anche piccoli grandi gesti di profonda civiltà che rimangono inevitabilmente impressi: sugli autobus le persone che trovano posto a sedere prendono sul proprio grembo le borse di chi resta in piedi per poterli alleggerire così che loro possano tenersi. Ci sarebbero mille altre cose da dire, mille episodi da raccontare, ma è difficile, ora, mettere nero su bianco quello che è stato, difficile trovare le parole giuste, che rendano l'idea di quello che c'è laggiù. Specifico ora perché il rientro è destabilizzante, per certi versi anche il ritorno è un viaggio, che richiede di essere metabolizzato. Mettere insieme la persona che eri con quella che senti di essere oggi, riprendere in mano ciò che avevi lasciato in sospeso e riallinearlo alla nuova persona che sei. E' difficile quindi al momento riuscire a raccontare linearmente cosa è stato.

Mi piace salutarvi per adesso con questo pensiero preso in prestito dallo scrittore José Saramago:

“Bisogna vedere quel che non si è visto, vedere di nuovo quel che si è già visto, vedere in primavera quel che si è visto in estate, vedere di giorno quel che si è visto di notte, con il sole dove la prima volta pioveva, la pietra che ha cambiato posto. Bisogna ritornare sui passi già dati, per ripeterli, e per tracciarvi a fianco nuovi cammini. Bisogna ricominciare il viaggio. Sempre.”<sup>2</sup>

**Sarah (volontaria Pantagruel)**

---

2 José Saramago ( 1922 – 2010) scrittore, giornalista, drammaturgo, poeta e critico letterario portoghese, premio Nobel per la letteratura nel 1998. Citazione dal libro “Viaggio in Portogallo”.

## Pensiero Libero



In una giornata soleggiata, mi affaccio al mio piccolo balcone; davanti ai miei occhi quell'alberello, una volta spoglio, appare rigoglioso e rinforzato!

Natura meravigliosa che semplice segue il suo corso tra vuoti di tempo indefiniti ma che prepotenti rimangono radicati al suolo.

Arriva quel vento fuggente, profumo di gradita primavera, piacevole sulla pelle, che si lascia accarezzare.

Tra alti e bassi rimango nel mio spazio, dove prevale un desiderio di apertura allo spirito, al karma, e mi lascio a trasportare, riuscendo a comporlo. Ci sono note sbagliate che al mio spartito arrivano distorte, aritmiche, che all'ascolto non voglio riconoscere, un forte suono che potrei modificare.

Autore capace... melodico o esplosivo. E' la musica a deciderlo e che fa da padrona; ne rimango soggiogato: una musica che non tradisco. Scuoto e agito il mio sacco estraendone farina: fortissima essenza.

Ne faccio tesoro, quel tesoro che come è mio può essere anche il tuo!

Costantino



*Vitto e mangiato*

## TORTA AL CIOCCOLATO

INCOMINCIATE A PREPARARE 2 BACINELLE: UNA CON DENTRO MEZZO LITRO DI LATTE, NELL'ALTRA METTETE 3 BICCHIERI DI FARINA TIPO 00, MEZZO BICCHIERE DI OLIO DI SEMI, 3 UOVA E INIZIATE A SBATTERE IL TUTTO, PIANO PIANO AGGIUNGETE IL LATTE IN MODO DA FARE UNA CREMA.

DOPO DI CHE LASCIATE TUTTO RIPOSARE, SPERATE CHE IL VOSTRO FINE PENA SIA A BREVE, IN MODO DA USCIRE, ANDARE IN PASTICCERIA E COMPRARVI UNA VERA TORTA AL CIOCCOLATO!

Shady

# GOODNEWS

Per chi non lo sa c'è un gruppo di detenuti dell'Ottava Sezione che sta registrando un CD.

## Rap a Sollicciano

Io faccio parte di questo gruppo di ragazzi. Finora abbiamo già registrato sei canzoni e ce ne sono ancora in progetto una decina. Questo progetto è stato possibile realizzarlo grazie alla dott. Alessandra Riva e a tutto il gruppo di lavoro degli operatori del Ser.T. che hanno coinvolto Dakilo ed

Emma, due rapper della scena musicale fiorentina che ci danno una mano nelle registrazioni e per le basi.

Emma e Dakilo hanno appena finito un progetto al carcere minorile di Firenze, incidendo un CD con i testi dei detenuti (Titolo "Senza Ali") e noi stiamo realizzando la stessa cosa qua.

A parte lo sfogo che la musica rap ci dà (perché nata come musica di strada, musica del ghetto, racconto di una realtà dura, spesso legata al carcere), potete immaginarvi come sia soddisfacente sentire le nostre parole che prendono vita e coinvolgono altre persone.

Attualmente non sappiamo come verrà distribuito il CD, alcune canzoni verranno messe su Youtube, tre di queste sono "The end" di Leonardo, "Se muoio" di Francesco e "Cuore in gola" mia.

...spero davvero che vi piacciono. Per alcuni è stata la prima esperienza in questo campo (quindi l'iniziale timore era dato dalla non conoscenza del settore), piano piano, con gli stimoli degli operatori e con la forza di volontà, la voglia di far sentire la propria voce, di metterci in gioco tramite un mezzo adatto all'ambiente e alla situazione efficace nell'interessare molti di noi detenuti, siamo riusciti a prendere confidenza con questa

novità e a creare anche dei rapporti interpersonali, che sono serviti non solo al fine di creare delle canzoni, ma ci hanno aiutato a dare sfogo a cose, a volte nascoste dentro di noi, quindi a **passare del tempo in carcere quasi dimenticandoci di essere in carcere e ricordandoci che anche noi possiamo costruire qualcosa di bello**. Io non credo che per chi sta vivendo questa esperienza sarà facile dimenticarsene, e non dico che sia lo spunto di un cambiamento, però sono sicuro che in mezzo a tutto questo nero, sarà un bel ricordo (nulla togliendo agli altri corsi...ma la musica è la musica). Le canzoni hanno dei testi a volte molto duri e personali ma che parlano di esperienze realmente vissute, non limitatevi soltanto a sentire con le orecchie, ma ascoltate la sofferenza che certe esperienze provocano.

Il rap e le nostre canzoni vogliono dare, o per lo meno cercano di dare voce ai nostri vissuti.

Un ringraziamento a Dakilo ed Emma e a tutti quelli che stanno contribuendo a realizzare questo progetto.

P.S. Dakilo, non dimenticarti la chiavetta ed Emma, mi raccomando, non scordarti più il cavo sennò Francesco non può registrare il mio pezzo, e alla nostra cara tirocinante Arianna: non te la scampi più, la prossima volta registri anche tu!

Shady



# Il Settimino



In redazione:

SB

Maicol

Kraidi

Simone

Davide

In questa edizione troverete alcune poesie e scritti di autori vari, che sono stati rielaborati in forma libera.

## *Al Presidente del Consiglio*

*Siamo un gruppo di detenuti di nazionalità e culture diverse del carcere di Sollicciano.*

*Le scriviamo in quanto, ci farebbe piacere farle conoscere una realtà che ha avuto inizio nell'anno 2011: si tratta di un progetto chiamato "Lottava Onda" e "Il Settimino".*

*Questa idea è nata dagli operatori del Ser.T. interno con la collaborazione di volontari dell'associazione Pantagruel.*

*Il nostro giornalino tratta di argomenti di attualità, cronaca, politica, giustizia, economia, gossip, ecc...*

*Il compito che ci siamo dati è di commentare e scrivere di fatti che accadono nel nostro paese e non solo, far sentire al di fuori delle mura carcerarie la nostra voce. Abbiamo la possibilità di fare informazione su quanto sta accadendo in Italia e all'estero.*

*Scriviamo articoli di ogni genere, abbiamo libertà di pensiero, tocchiamo argomenti di cronaca delicati come il femminicidio o la situazione del nostro paese tanto amato da noi italiani, ma anche da molti stranieri, in questo momento così difficile. Scriviamo anche esperienze personali vissute; nel lavoro di gruppo ci occupiamo anche di liberare alcune vene poetiche. Tutto questo lo potrà trovare all'interno del giornalino.*

*Noi ci definiamo piccoli emergenti futuri giornalisti. La rivista può aiutare con le donazioni a sostenere quei detenuti che sono soli e bisognosi.*

*Ci auguriamo che sia di suo gradimento, augurandoci di poterla risentire al più presto.*

*Grazie da parte di tutti noi, per il tempo da lei dedicatoci.*

*Le porgiamo i nostri più sinceri saluti e buon Lavoro.*

*Redazione de Lottava Onda e Il Settimino*

## La pace è possibile..se cambiamo noi e il nostro linguaggio

Dobbiamo cambiare il nostro modo di affrontare piccoli conflitti della nostra vita (il dispetto, un compagno, un arrabbiatura con la mamma, ecc), cercando di perdonare chi ci fa del male e chiedendo scusa a coloro ai quali facciamo del male. Se impariamo, giorno dopo giorno, a fare questo, cambiando anche il nostro linguaggio (proviamo a pensare quante volte usiamo parole offensive e violente e quanti giochi di guerre sono in commercio), risolvendo i nostri conflitti e mettendo in pratica l'ascolto, il perdono e l'amore.

A cura di Kraidì

### Chiara – la ragazza dalle ossa di cristallo

(ripreso dal programma Wild Oltrenatura)

Chiara è una ragazza con una malattia di osteoporosi molto rara.

Chiara fin da piccola deve affrontare molte difficoltà perché le sue ossa sono così fragili che qualsiasi peso o sforzo le procurano fratture. Col crescere la sua spina dorsale non le permette di sviluppare il suo corpo e di supportarlo, e a un certo punto deve proseguire con

l'aiuto di una carrozzina. Oggi Chiara ha 30 anni ed una vita piena d'impegni: lavora in comune, fa piccoli spettacoli su youtube, canta con una band rock e chatta su facebook rispondendo alle domande dei suoi fans. Ha un ragazzo.

Questa storia mi ha molto colpito, non ho provato pena ma invidia e tenerezza. Perché?

Lei ha, nonostante i suoi problemi, una grande forza interiore e tanta voglia di vivere e divertirsi, mentre io, quasi coetaneo, ho la fortuna di essere sano ma faccio di tutto per privarmi della gioia della vita, facendomi del male con la droga e privandomi della libertà!

Credo che dopo aver ascoltato questa storia, farò una riflessione su me stesso e ne farò un esempio di vita.

(Per saperne di più il suo nome di facebook è Kiarouge)

Cristian



## **Gioca ma con testa perché la fine è prossima**



Nel gorgo del gioco d'azzardo compulsivo si precipita quasi sempre in solitudine. Ma è difficile trovare la forza di uscirne davvero senza un appoggio concreto. L'offensiva contro l'azzardo ormai è lanciata su più fronti.

Molti gestori, stanchi di vedere gente rovinarsi, hanno detto basta alle slot.

Questa nuova “droga” nascosta nelle piaghe della società, non esclude nessuna categoria sociale. Si dovrebbe prevenire, ma come? Arrivando prima possibile, già in età da scuola elementare, facendo capire presto ai bambini che giocare è importante per crescere, ma che non tutti i giochi sono uguali.

Basta poco per far esplodere drammi spesso irreversibili. Vediamo allargarsi le dipendenze dalle tradizionali droghe illegali alle sostanze “legali”: alcol, tabacco, psicofarmaci. Ma vediamo anche allargarsi le “dipendenze comportamentali”, gli stili di vita che creano ossessioni e provocano gravi malattie, quando non la morte.

Meno tasse, più poker: lo stato gioca sporco.

Simone

### **Bella domanda**

Ricordo quando ero piccolo i genitori del popolo italiano dicevano ai loro figli: “Se non fai il bravo ti faccio portare via dagli zingari”.

Ora che sono adulto ed ho una figlia che dovrei dirgli? “Stai attenta a quello che fai e le compagnie con cui esci” Perché? Bella domanda.

Sento tutti i giorni su tutti i tg che ci sono delle baby prostitute, uomini che ammazzano le loro donne per gelosia o perché non accettano la separazione.

Prendiamo come esempio quella donna avvocato che le è stato bruciato il viso con l'acido: il suo ex aveva pagato delle persone per rovinargli il viso.

L'assurdo è che lui ora è in cella come me, con la differenza del reato. Ma quello

che mi manda in diavolo è che questa persona è diventata come un leader, un martire perché addirittura gli scrivono molte persone delle lettere d'amore. Ecco così è diventata l'Italia di oggi. Mentre la povera donna ha il viso sfigurato e da lei è nata un'associazione per le donne indifese e da quello che so nel mio piccolo è riuscita a dar voce a parecchie donne che avevano paura dei propri uomini ed andare a denunciarli. E lei è riuscita nel suo intento ed ha aiutato molte donne che non avevano il coraggio di denunciare i loro così detti "uomini" carnefici.

SB

### *Parte della mia vita*

*Marzo 2009 le porte del carcere si aprono per darmi una possibilità, entrare in Comunità. Ho paura, mi fa più paura del carcere! Da lì inizia un nuovo cammino...passano quattro mesi ed ad un certo punto inizio ad abbassare le barriere, decido di mettermi in gioco, di affidarmi. Piano piano con molta fatica inizio a vedere i miei cambiamenti, e giorno dopo giorno ci credo sempre di più...ritrovo me stesso, e pezzettino pezzettino tiro fuori gli scheletri nell'armadio e inizio a mettere insieme i tasselli della mia vita. La affronto e inizio a vedere che la mia vita non è tutto nero, può essere anche a colori ma sono io che la devo dipingere! Tutto cambia, i rapporti con la famiglia, con gli altri, inizio ad avere fiducia in me stesso. Il destino vuole che incontri una ragazza, trovo anche l'amore. Col tempo questa relazione si consolida e diventa sempre più forte. A questo punto sono passati tre anni, siamo tutti e due a fine programma. Ci sentiamo forti, prendiamo la decisione di uscire e costruire la nostra vita, ci appoggiamo da sua zia. Lei ha già un lavoro, io lavoro saltuariamente. Ma per me con il lavoro va sempre peggio, a distanza di un anno non riesco più a trovare qualcosa da fare, sempre più deluso, perdo la sicurezza, la fiducia in me stesso e ricado...tutto torna buio. Sono cinque anni che sto insieme a lei, ci amiamo, abbiamo tanti bei progetti, vogliamo farci una famiglia tutta nostra, fare un figlio, vivere una vita più dignitosa. Mi ero promesso per me e per lei che non sarei più tornato in carcere, che non avrei fatto più guai!*

*Oggi febbraio 2014, rientro in carcere per un vecchio definitivo, non mi fanno uscire con la nuova legge ai domiciliari perché la mia ragazza è*

*in cura al Ser.t. Questo mi fa sentire tanta rabbia, perché? Leggo i giornali, guardo i telegiornali e vedo anche molte persone uscire dal carcere e mi dico con tutti i problemi che ci sono in Italia, escono persone che uccidono, pedofili, persone che per stalking stanno addirittura fuori e poi uccidono le donne...passo oltre perché ce ne sarebbero tante altre. Io ho fatto un furto nel 2007, in questi 7 anni non ho fatto altri reati e non posso avere una misura alternativa al carcere? Qual è la mia pericolosità sociale? Giusto o sbagliato, non è una risposta, ma la mia realtà resta amara e piena di delusione.*

*Cristian*



**Un ragazzo di via Marche – Franco Ricciardi  
(cantautore)**

E buona notte a chi sta malato,  
sabato e domani non si può svegliare  
e buonanotte a chi sta carcerato,  
che ruba solamente per vivere  
e buonanotte a chi lontano sta  
non l'ha nessuno per tornare  
e buonanotte a mamma che piangendo sta  
sperando di vedere il figlio che a casa tornerà  
e buonanotte al figlio che si salverà dicendo

basta droga e corre da mamma  
buonanotte a te che vai a impazzire per me  
e pigli a pugni la notte che non vuole passare,  
finiamo queste guerre  
salviamo questo mondo  
impariamo a chi nasce che bene si fa  
stringiamoci la mano cacciamo la paura  
corriamo nel buio che luce c'è  
e tu da una parte che scruti questo  
non lo sai che in questo mondo ci sei anche tu!  
E buonanotte a chi non li prende sonno  
e pensa a queste cose da tanto tempo  
già ha dato la buonanotte a tutte le cose  
credendo che nessuno le può salvare,  
ma buonanotte a voi che ci sentite  
dateci una speranza per continuare a campare.

A cura di Maicol

## **Ringraziamento a Pantagrue!**

Vogliamo ringraziare i volontari di Pantagrue che con la loro pazienza e la loro devozione nei confronti di noi carcerati, sono molto comprensivi in quello che fanno, perché sono davvero delle persone dal cuore d'oro. Con chiunque abbiano davanti. Non importa di che colore o nazionalità tu sia, tutto quello che fanno lo fanno con il cuore, nonostante anche loro abbiano delle famiglie di cui curarsi. Ma vengono lo stesso dentro il carcere per dare, nel loro piccolo, un aiuto alle persone bisognose. Voglio ricordare però alla popolazione detenuta che queste persone non sono pagate dallo stato, tutto quello che fanno, lo fanno con interesse verso le persone in difficoltà e sono molto importanti in questo ambito perché sanno darci conforto, e a volte una pacca sulla spalla per dirci che è tutto di passaggio... dicono anche che non bisogna assolutamente abbatteci e semplicemente con un sorriso riescono a colmare il peso e la tristezza che ognuno di noi si porta dentro.



SB e Maicol

## **Cercando la verità - Anthony De Mello**

**La verità che libera**

La strada che percorriamo alla ricerca della verità è una strada difficile.

A volte, dopo aver letto un libro interessante o aver ascoltato un oratore carismatico, ci esaltiamo al tal punto di credere di essere arrivati in porto, di aver trovato la risposta.

Raramente questo corrisponde alla realtà.

La verità è qualcosa che va duramente guadagnata, richiede un lungo lavoro di studio, di applicazione, di umiltà, si soprattutto umiltà! Quando scopriamo un concetto nuovo straordinario o esoticamente attraente, ecco che tutto quello a cui avevamo creduto fino a ieri ci sembra puerile.

Quello che credono gli altri ci fa sorridere, con commiserazione ci sentiamo superiore, depositari – pensiamo noi – di un verità riservata a pochi eletti.

Questo è un errore che parecchie religioni hanno commesso. Alcune si sono per fortuna ricredute e hanno cercato di trovare un compromesso, altre, invece ancora continuano a sentirsi le uniche depositarie del messaggio di Dio, arrivando perfino ad odiare chi non è di loro.

La mancanza di umiltà è una vera grave piaga dell'umanità. La persona veramente umile ha un animo grandissimo perché capace di dire "Ho sbagliato. Anche se non la pensi come me, sei un mio fratello e come tale ti rispetto."

Il mondo odierno non è né migliore né peggiore di quanto non sia stato nelle ere passate. Ogni periodo storico ha le sue caratteristiche positive e negative. L'attuale momento, poiché è l'unico che noi possiamo vivere da attori e spettatori allo stesso tempo, indubbiamente ci mostra un panorama di discordia, odio razziale e religioso, guerre sanguinose.

Una delle cause di questa triste situazione è certamente la mancanza di umiltà.

Ogni nazione, ogni capo di stato o religioso, ogni singolo individuo si sente superiore al suo vicino. Dice: "io ne so più di te" oppure "il mio pensiero è migliore del tuo" e così la discordia continua si propaga, si allarga a macchia d'olio fino a coinvolgere gente, paesi fino a ieri magari perfettamente tranquilli.

Il contagio delle idee negative, della superbia e dell'intolleranza è come erbaccia da sradicare.

Cominciamo a esaminare noi stessi e calcoliamo la percentuale di orgoglio e di umiltà che compone la nostra personalità, a secondo del risultato studieremo la strategia da seguire per ottenere un maggiore equilibrio.

a cura di Maicol

## *Poesia*

*Quando me ne andrò*

*non cercatemi in posti dove ero presente*

*non cercatemi in foto ormai ingiallite dalla polvere*

*non cercatemi dentro un giardino dove i fiori non fanno altro  
che sbocciare*

*ma cercatemi dove nessuno si può immaginare, perché io sono,  
e rimarrò*

*sempre lì nel tuo e nei nostri cuori.*

*Dedica ad una persona cara, Michela Lupino*

*SB*

POTENZA GENERATRICE Tratto dalla raccolta "Dentro al fuoco" di C. Trombetti

Terra ricolma, gravida per noi.

Terra scavata, lacerata  
e poi violata.

Inconsapevoli noi  
o crudeli bambini?

Abbiamo assecondato il tuo ciclo  
colto i tuoi doni

e quante volte ti abbiamo  
tagliata e mutilata

per i nostri assassini esperimenti.

Tu madre gentile e amorosa,  
superato il travaglio

ogni volta ti ricopri  
di verde e le tue piaghe  
nascondi.

Vuoi offrire di nuovo la tua messe.

Ci colmi di pace  
se anima e corpo

entrano in comunione con te.



disegno di Maicol

A cura di Maicol

**DIO**

Nei vostri giorni gloriosi, non dimenticate le tristezze della terra.

Date uno sguardo di bontà a coloro che soffrono, che lottano contro le difficoltà e che non cessano di immergere le loro labbra nelle amarezze della vita.

Abbiate pietà delle debolezze della nostra fede.

Abbiate pietà degli oggetti della nostra tenerezza.

Abbiate pietà di quelli che piangono, quelli che pregano, di quelli che temono, e date a tutti la speranza e la pace.

Ispirato alla Madonna di Lourdes, Maicol

VIGNETTA INSEGNATA 14 APRILE 2014



-OH, CHE BELLA FUGA!!

GOTTI CRISTIAN

**VUOI PARTECIPARE ANCHE TU ?**

SE VUOI ESSERE PROTAGONISTA E PUBBLICARE QUI UN TUO  
SCRITTO MANDACELO: LA REDAZIONE LO VALUTERA' PER IL  
PROSSIMO NUMERO

*SCRIVI A: REDAZIONE "LOTTAVA ONDA"  
C/O SERT interno*

POSTA INTERNA

Per contatti dall'esterno: REDAZIONE "LOTTAVA ONDA"  
C/O SERT interno  
*Via Minervini 2 R*  
*50142 FIRENZE*

Se vuoi ricevere LOTTAVA ONDA scrivi a:

[morino.alberto@fastwebnet.it](mailto:morino.alberto@fastwebnet.it)

Se vuoi aiutare i detenuti della redazione puoi fare un'offerta all'Associazione Pantagruel, specificando "per LOTTAVA ONDA"

Codice fiscale per 5x1000: 9001 2090 479

c/c postale: 1001 9511

iban conto bancario: IT49 C050 1802 8000 0000 0121 122