

Ristretti Orizzonti Marassi

Numero 10 di marzo 2025 - Supplemento al n° 7 di Ristretti Orizzonti 2024

Stagioni grigie



Redazione: Qui dentro è sempre buio anche quando c'è il sole e in questi mesi invernali di pioggia incessante, nemmeno la luce della stanza ci dà il giusto conforto o il chiarore necessario a scaldare i nostri cuori.

La muffa che impregna i muri rende umida anche la nostra anima, creando ancora più sconforto e facendoci appassire come se fosse un eterno autunno.

In inverno il tempo è balordo, non scorre mai diventando veramente lento e quando arrivano quei pochi giorni di festività la mancanza dei nostri cari si fa sentire più forte.

Gennaio invece sembra non avere fine, si ritorna alla stessa monotonia di tutti i giorni scanditi da orari, brevi aperture e giri di chiave assordanti.

A fatica giunge ad accoglierci la primavera, facendo rifiorire a

tratti la nostra speranza. Una stagione di brevi illusioni, che ci consegna sfiniti al caldo della nuova stagione, e a questo punto iniziamo a nuotare nei ricordi.

Da bambino ricordi che l'estate era la stagione in cui si apriva il cuore, a giugno sbocciavi come un fiore e ti sentivi con uno stato d'animo diverso, quello della rinascita.

Da bambino associ l'inverno con la stagione brutta che deve passare e non fai altro che aspettare l'estate, così da provare sensazioni piacevoli, come lo stare insieme agli altri in contatto con la natura.

Da bambino aspetti l'estate per fare nuove conoscenze, ti tuffi in improvvisi approcci, sei più propenso a fare nuove esperienze.

Adesso siamo qui.

Oltre a non esserci attività di alcun tipo si pensa alle persone

che fuori si divertono e stanno all'aria aperta, mentre noi siamo confinati in un luogo senza tempo, a lasciare che il tempo passi.

Si spera che l'estate trascorra veloce, come un brutto sogno.

Tuttavia, per chi si trova in carcere da più anni questa sensazione viene disattesa perché ci si abitua a tal punto da non farci neanche più caso: diventa una monotonia, una staticità perenne che fa sentire le persone parte integrante del mondo carcerario. Questo significa che la punizione è stata effettuata degnamente. Se la finalità del sistema carcerario è questa, l'obiettivo è centrato e raggiunto.

Anche se il progetto "almeno sulla carta" è quello di riabilitare una persona che ha sbagliato per reinserirla nella società nel modo migliore possibile, tutto questo assomiglia sempre più a un fallimento.

Al di là dei bisogni primari, come il sopravvivere al caldo, ottenere i ventilatori e non morire di noia, i nostri sentimenti vengono intaccati da una profonda e pericolosa malinconia, perché "fuori" è estate e "dentro" è inverno costante.

Il carcere è "ladro di giorni", toglie anni alla nostra vita e a ogni stagione diventa sempre più spietato. Rimane la speranza, unico stato d'animo che alla sera ti consente di spegnere la lampadina dei cattivi pensieri e ti mantiene in vita, ancora un poco.

I processi e la speranza, o un processo di speranza?



Redazione: I percorsi giuridici delle persone sono diversi da caso a caso, un processo può durare fino a cinque/sei anni.

Dal momento del titolo cautelativo in carcere bisogna sapere che ci saranno tre gradi di giudizio da affrontare, finché non arriverà la condanna definitiva.

Le prime riflessioni e paure si celebra il primo grado di giudizio, e nell'attesa che questo avvenga si accende la speranza di poter rivedere la luce il prima possibile.

Durante questo periodo di carcerazione che durerà mesi o forse anni, si affronta la vita carceraria vivendo in un limbo di interrogativi costituito da incertezze che possono chiudere in una grande illusione. Perché chi commette reati sa perfettamente che prima o poi pagherà e si troverà a essere anche lui un detenuto.

È inutile coltivare dentro di sé la speranza di farla franca: è solo un'illusione che annebbia la vista e talvolta si radica un senso di onnipotenza che svanisce nell'impatto dell'arresto. Quando pensi che tutto vada bene e ti senti invincibile e sicuro di te stesso perdi il contatto con la realtà.

Una persona colpevole deve essere realista e consapevole di affrontare la carcerazione che gli spetta e, credeteci, la detenzione non è una passeggiata, anzi è il periodo più lungo e più triste della propria vita.

Inoltre, l'attesa dei vari gradi di giudizio influisce sullo stato d'animo e sul processo evolutivo delle persone.

Il giudizio di primo grado ti porta a sperare in primis che il processo si svolga in un giusto modo e che alla fine i magistrati competenti, dopo aver preso visione della documentazione

acquisita, potranno stabilire la colpevolezza o l'innocenza dell'imputato. Se invece il primo grado non è risolutivo si va avanti con il secondo grado e la Cassazione.

Sicuramente ognuno di noi si ritrova a vivere una lunga speranza, che viene alimentata dall'attesa tra un'udienza e l'altra fino alla sentenza: il tempo trascorso tra un grado di giudizio e il successivo va a ledere il nostro equilibrio psicofisico.

In una situazione di flagranza di reato è giusto che una persona inizi a scontare fin da subito la propria condanna. In una situazione ancora incerta invece, la persona soffre affrontando una detenzione che potrebbe rivelarsi ingiusta o inappropriata.

In carcere siamo tutti uguali, ma abbiamo termini giuridici diversi; tuttavia, appena si diventa definitivi il nostro status si uniforma perché siamo "internati" allo stesso modo.

Ci sono persone che stanno bene finché coltivano dentro di loro almeno "una speranza" di essere assolti, altre si sentono meglio solo una volta che sono a conoscenza della loro pena e ne hanno certezza, coltivando a quel punto la speranza di vivere in modo accettabile la loro carcerazione e intraprendere percorsi di crescita personale.

Quello che accomuna tutti noi, in una forma o nell'altra è comunque e sempre "la speranza".

Carmelo: una cosa molto importante per lo stato d'animo

delle persone che entrano in carcere è il grado della loro consapevolezza.

Chi sa di essere condannato perché colto in flagranza di reato o perché comunque consapevole della sua responsabilità ha sicuramente

un atteggiamento più sereno rispetto a chi si trova catapultato in carcere senza aver commesso nulla di illegale o socialmente inappropriato. È a mio avviso necessario fare questa distinzione, ma ritengo inutile e doloroso

per la persona colpevole e consapevole attendere anni il proprio verdetto, perché questa attesa va a inficiare gravemente il percorso trattamentale che viene a essere in qualche modo sospeso in attesa dei vari gradi di giudizio.

Incontro con il magistrato di sorveglianza

8 ottobre 2024

Interlocutori:

**Magistrato di Sorveglianza
Dott.ssa Semenza**

Direttrice Dott.ssa Ardito

**Responsabile Area Educativa
Dott.ssa Tesconi**

**Consiglieri penitenziari in
tirocinio**

**Redazione: Beppe, Carmelo,
Antonio, Giosuè, Giacomo,
Jenny, Grazia**

Grazia: Ringrazio tutti i presenti per essere qui oggi a creare convergenza, a testimoniare che un'altra socialità è realizzabile. Ringrazio la Dott.ssa Semenza per aver accolto nuovamente il nostro invito, ringrazio la Direttrice, la Dott.ssa Tesconi e le persone della Sorveglianza per averlo reso possibile.

Noi oggi in quanto Redazione di Ristretti Orizzonti Marassi, siamo qui a fare informazione per le persone ristrette e per i cittadini liberi e questo ci consente di conoscere le nostre infinite possibilità di crescita.

Al di là degli importanti contenuti che saranno oggetto

dell'attività, penso che il valore del lavoro odierno, agli occhi dei presenti, di chi leggerà il nostro articolo e anche di chi ci vede qui insieme, sia la testimonianza del fatto che sia le Istituzioni che la popolazione carceraria sono costituite da persone con delle umanità in grado di "creare incontro".

Lascio la parola ad Antonio che vi dà il benvenuto a nome di tutta la Redazione.

Antonio: Diamo il benvenuto a tutti voi, siamo lusingati e onorati della vostra partecipazione e confidiamo che questo sia un ulteriore passo avanti nella nostra crescita personale e verso una possibile evoluzione dei rapporti tra persone detenute e istituzioni.

Crediamo che il solo fatto di avere una conversazione guardandoci negli occhi consenta la trasmissione di qualcosa di più profondo.

Speriamo vivamente che questo incontro non rimanga solo una goccia nell'oceano, ma segni la traccia per una possibile consuetudine e che questo evento straordinario diventi normalità.

Noi vorremmo che l'impegno della Redazione avesse un senso non solo per noi ma anche per chi ci legge, sia esso

detenuto od in stato di libertà. Ci auguriamo che questo nostro sforzo di cooperare insieme per un "bene comune" venga compreso da tutta la popolazione e si tramuti in ispirazione di crescita.

Da un'analisi che abbiamo fatto ci pare che il nuovo Decreto-legge 4 luglio 2024 n. 92, convertito nella legge 112/2024, sia insufficiente nell'intervento volto a limitare il sovraffollamento carcerario. Tuttavia, il Ministro Nordio, quando ha presentato il decreto, ha usato l'espressione "umanizzazione della pena" (conferenza stampa radio radicale): quali sono a Suo avviso i nuovi aspetti che rendono più umana la pena?

Dott.ssa Semenza: Mi pare che siate molto interessati al Decreto Nordio e vi conforto dicendo che lo stiamo studiando accuratamente anche noi Giudici e Procuratori; occorrerà tempo per fornire un'interpretazione univoca.

Il test prospetta, principalmente, l'assunzione di nuovi Dirigenti Penitenziari, nonché l'istituzione di nuove comunità di recupero per la tossicodipendenza e la nomina di un Commissario per

l'Edilizia carceraria; si tratta di interventi su più versanti, ma non sull'esecuzione penale in senso stretto, rispetto ai quali comunque sarà necessario del tempo per vedere i risultati della Riforma intrapresa.

Delucidazioni sulla Liberazione Anticipata art. 5 Decreto-legge 92/2024, poi convertito in Legge.

A prescindere dall'istituzione del fine pena "virtuale", volto a prospettare al detenuto, sin dalla notifica del provvedimento esecutivo, di quali decurtazioni di pena può giovare in caso di adesione al patto trattamentale, ancora oggi, per tutti, Giudici e PM, il fine pena reale e la pena irrogata in sentenza sono i punti fermi per valutare le misure concedibili e per effettuare i conteggi onde sciogliere il cumulo o, ancora, decidere in punto di ammissibilità le istanze di permesso premio.

Un'accelerazione procedimentale è data dall'abrogazione della richiesta di parere al PM per addivenire alla decisione sull'istanza di l.a.

Dopo il Decreto-legge 92/2024 l'intervento di un Magistrato di Sorveglianza fa riferimento al fine pena virtuale o a quello reale?

Il fine pena considerato per decidere l'ammissibilità di istanze, permessi premio e benefici in generale è quella reale, mai quello virtuale.

Che cosa si sta facendo per permettere alle persone detenute di aderire a percorsi di giustizia riparativa?

Non ci sono grandi sviluppi sul punto, i percorsi di giustizia riparativa sono ancora in

divenire.

Dott.ssa Ardito: Per quanto attiene alla norma che prevede l'aumento delle telefonate da una alla settimana a sei telefonate al mese, si deve sottolineare che il Direttore in base a quanto disposto dall'art.39 comma 3 del R.E. può concedere più telefonate, oltre i limiti, per particolari motivi. Questo si è sempre fatto in questo istituto e personalmente la scrivente ha sempre concesso alla popolazione detenuta telefonate supplementari al mese.

Giosuè: io avevo iniziato un percorso di giustizia riparativa con l'associazione SPONDE a Viterbo. Facevamo degli incontri quindicinali o mensili con operatori designati per la giustizia riparativa, quali psicologi, educatori, volontari e noi eravamo quattro detenuti. Ci chiedevano in che fase processuale ci trovavamo e dopo il primo colloquio si riempiva un opuscolo con tutti i nostri dati, quelli dell'avvocato e quelli della vittima. Durante gli incontri ci veniva chiesto come ci sentiamo rispetto ai nostri reati, se siamo consapevoli, se durante la detenzione viviamo nel rimorso. Ci hanno chiesto se fossimo disponibili a interfacciarci con le vittime. Nel caso di reati senza vittime dirette, come quelli contro il patrimonio, reati associativi o di spaccio, ci saremmo confrontati con persone diverse che hanno subito un torto derivante da quel tipo di reato. Io non ho potuto completare il percorso perché sono stato trasferito qui.

Dott.ssa Semenza: nel Distretto Ligure i percorsi di giustizia riparativa sono in divenire;

evidenzio che il terrorista o lo stragista deve disporre di un percorso diverso rispetto all'autore di un reato a scopo di lucro, ma sul punto mancano ancora risorse e strumenti.

Grazia: a livello istituzionale chi dovrebbe farsi carico di avviare i percorsi di Giustizia Riparativa?

Dott.ssa Semenza: non è agevole fornire una risposta immediata; di certo l'Ufficio Esecuzione Penale Esterna è in grave difficoltà dinanzi a tutte le incombenze imposte negli anni; forse sarebbero necessarie direttive e risposte a livello centrale.

Il termine "reinserimento" può essere considerato anche come "seconda chance"?

Dott.ssa Semenza: Sì certo, il reinserimento è la seconda chance di cui tutti necessitiamo; nella vita tutti sbagliamo e abbiamo diritto di riprovarci: perché ciò avvenga con successo è tuttavia necessario che la seconda possibilità richiesta abbia fondamenta solide.

Ed ovviamente anche i detenuti dell'Alta Sicurezza possono avere una seconda chance, ma bisogna fare un buon percorso penitenziario, il beneficio va meritato.

Giosuè: ...bisogna coltivarlo!

Dott.ssa Semenza: esatto. Bisogna farsi avanti, proporsi.

Carmelo: ... e mettersi in gioco, che significa lavorare su se stessi e dimostrare che quello che uno fa lo fa perché ci crede veramente e non per farsi

vedere. Qualsiasi proposta mi viene fatta io aderisco e cerco di capire se ci sia un'utilità per la mia persona, faccio parte della redazione, partecipo al progetto del teatro e sono iscritto all'università. Non voglio essere "chiuso e oscuro", ripiegato su me stesso, ma voglio crescere sempre di più.

Secondo Lei quanto lo stress emotivo delle persone detenute può influire sul desiderio di porre fine alla propria vita?

Dott.ssa

Semenza:

Sicuramente molto, ma credo che non solo la fatica della convivenza crei problemi. In quanto Giudice penso, ad esempio, alla notifica dei provvedimenti giudiziari: da un sopravvenuto cumulo che innalza significativamente la pena ad un rigetto di misure cui molto si anelava; personalmente penso spesso a quello che proverà il detenuto dopo aver ricevuto la notifica di un mio provvedimento di rigetto.

Nei primi tempi in cui svolgevo la funzione Giurisdizionale ho tante volte pensato all'esecuzione dei miei provvedimenti di incarcerazione; più volte ho guardato l'orologio domandandomi se il soggetto che avevo sospeso dal regime alternativo fosse già entrato in carcere a fronte di un provvedimento a mia firma, non crediate che sia semplice privare un individuo della propria libertà individuale, non è mai una decisione leggera.

Redazione: Apprezziamo molto che Lei venga qui, almeno sentiamo di non essere abbandonati nel dimenticatoio. Ci sono tutta una serie di



elementi che conducono le persone alla disperazione, ad esempio la mancanza di affettività, difficoltà economiche, sentirsi inutili nel confronto della vita. Inoltre, riteniamo che se le persone avessero modo di raccontarsi e quindi di essere ascoltate e divenire in qualche modo visibili anche all'esterno, si potrebbero concretizzare gli aiuti e le soluzioni giuste. Alle persone detenute manca anche la prospettiva del futuro.

Dott.ssa Semenza: Oggi abbiamo lavorato al rinnovato Regolamento Alta Sicurezza di questo Istituto, credetemi, c'è chi lavora per voi, ma non posso nascondere che ci sono tante criticità da risolvere.

Dott.ssa Ardito: Questo istituto è una grande casa circondariale, ci sono molti detenuti imputati, molti stranieri e tossicodipendenti. Nella sezione Alta Sicurezza ci sono già molte attività e c'è il progetto di installare una cucina; siamo in attesa dei finanziamenti per effettuare i lavori nel 2025.

Questo progetto è molto importante per tutta la sezione, in quanto ci saranno più opportunità lavorative.

Al momento il circuito di media sicurezza è molto numeroso, abbiamo camere grandi anche con sei detenuti di etnie diverse. Nella sezione A.S. negli ultimi anni abbiamo incrementato le attività quali, scuola, università e nell'anno 2022 abbiamo iniziato l'attività teatrale, che continuerà anche nell'anno 2025.

Marassi è l'istituto più grande della regione con un hub sanitario al quale accedono detenuti da tutta Italia per ricevere cure sanitarie.

Dott.ssa Semenza: Eh sì il Teatro! Vi ho visti! Carmelo, lei è stato il mattatore della serata!

Dott.ssa Ardito: il Teatro era solo per le persone della Media Sicurezza, ora è anche per la sezione di Alta Sicurezza.

Redazione: vi ringraziamo per il vostro tempo e il vostro interesse, speriamo di rivederci presto!

La consapevolezza rende liberi...

...ma la consapevolezza di che?



Redazione: Essere consapevoli equivale a rapportarsi in maniera diretta con la realtà, è essere coscienti di quello si sta vivendo in quel momento, con la chiara percezione delle circostanze e del ruolo che si può avere nello specifico contesto.

La consapevolezza è in grado di elevare l'individuo a uno stato di saggezza capace di far affrontare ogni percorso che la vita presenta, è una forma di protezione, un filtro che impedisce di "immagazzinare" le cose negative che in carcere potrebbero emergere e distruggere qualsiasi persona, anche la più forte. Il percorso per arrivare a essere consapevoli implica l'"accettazione": ad esempio se non condivido la sentenza devo però rispettarla perché so che questo è l'unico modo per vivere la detenzione nel migliore dei modi e vivere bene con me stesso. In alcuni

casi, tuttavia, c'è anche chi fa finta di non riconoscere questo processo per non dover fare i conti con la propria coscienza. La sola permanenza in carcere può portare a cambiare l'idea che si ha della propria identità e la consapevolezza può essere intaccata, portando la persona a rivedere la considerazione precedente del proprio io. In altre parole, si rischia di "identificarsi con la detenzione" e quindi si finisce per perdere la considerazione positiva di se stessi, lasciandosi andare in un limbo di negatività. Bisogna coltivare la convinzione che il periodo della detenzione sia soltanto una parentesi della vita, un momento da cui si può trarre insegnamento per diventare una persona migliore in futuro. La consapevolezza è l'antidoto dell'inganno e il contrario dell'ingenuità, quindi è in grado di proteggere da questo campo

minato di menzogne che è la vita.

In carcere il presente è determinato da un passato che può e deve rimanere tale, è "passato, trascorso", dev'essere definito e circoscritto sulla linea del tempo della propria vita. Grazie alla presa di coscienza della situazione, il presente può divenire motore propulsore per illuminare il futuro. A quel punto inizia un nuovo percorso in cui ci si avvia verso il cambiamento e la crescita personale.

Ma tutto questo non è immediato, né tantomeno scontato.

La consapevolezza non fa parte di un'istruzione di tipo passivo, non si impara sui banchi di scuola, ma riguarda la formazione che ognuno deve promuovere su se stesso nel proprio percorso di vita.

In carcere le persone vanno stimolate ad affrontare responsabilmente i propri atti, che in questo caso sono sbagli. Può avere inizio una lunga fase di riflessione, si guardano le finestre sbarrate pensando per giorni e giorni a cosa "non" avremmo dovuto commettere.

Prima di arrivare qui molti di noi erano comunque consapevoli delle probabili conseguenze a cui sarebbero andati incontro perseverando con certi comportamenti, ma nel momento in cui ci sbatti la faccia aggiungi mattoncino su mattoncino per arrivare a capire quanto ti sei fatto male e comprendi che la tua sofferenza si ripercuote sulle persone che ti amano.

La consapevolezza non avviene in un attimo e ognuno la conquista coi suoi tempi e i suoi modi:

Carmelo: lo ho raggiunto la consapevolezza nel momento in cui ho realizzato quanto ho perso fuori.

Giuseppe: a me è servito interagire con le persone, ascoltare, confrontarmi e comparare le varie esperienze segnate dalla sofferenza. Quando sei di indole sensibile sei portato ad amplificare la sofferenza tua e quella degli altri, aprendo in tal modo le

porte ad una consapevolezza più profonda.

Giosuè: io ho abbracciato la Fede cambiando radicalmente il mio modo di pensare e di agire e ora mi trovo meglio con la vita e anche nel modo di avvicinarmi con gli altri.

Carmelo M.: a me è servita la rassegnazione, ho accettato le conseguenze delle azioni compiute in passato per guardare al futuro in modo nuovo.

Giacomo: posso dire che per me sia stato importante

l'insegnamento che ho saputo trarre da queste disagiate condizioni di vita. A me non piace rassegnarmi, perché la vedo come una sconfitta personale; invece, ho imparato ad adattarmi alla vita con altre persone, alla mia condizione di salute e soprattutto ho imparato a trarre il meglio dal peggio e questo mi dà forza per andare avanti a testa alta.

Redazione: Il mondo fuori va avanti e cambia, qui tutto pare immutato ma tra le crepe dei mattoni, là dove nessuno vede, ci sono persone che vanno alla conquista di se stessi.

Salute e libertà

“Nei suoi aspetti coercitivi, totalizzanti, deprivativi, uniti alle carenze e alle disfunzionalità, il carcere si configura come un ambiente «innaturale», che come tale «ammala»”

(Da “Carcere e salute- La svolta della legge 230/1999” pag. 20 Tesi di laurea in psicologia di Arianna Neri- Relatore Prof. Valeria Paola Babini. Università degli Studi di Bologna, Facoltà di Lettere e Filosofia- Corso di laurea in Lettere e Filosofia)

Redazione: Noi riteniamo che la carcerazione amplifichi i problemi di salute perché rischia di alimentare la speranza che con una patologia si possa uscire prima.

“Il rapporto medico-detenuto è viziato anche dal fatto che per i detenuti la salute non rappresenta il bene primario, in confronto alla libertà, rispetto a cui risulta sensato sacrificare la salute, spesso utilizzata come

«merce di scambio» per poter ottenere misure alternative alla detenzione. Questo implica un’ulteriore strumentalizzazione del rapporto terapeutico che contribuisce a falsare ancor più la relazione.”

(Da “Carcere e salute- La svolta della legge 230/1999” pag. 23 Tesi di laurea in psicologia di Arianna Neri- Relatore Prof. Valeria Paola Babini. Università degli Studi di Bologna, Facoltà di Lettere e Filosofia- Corso di laurea in Lettere e Filosofia)

Alcuni pensano che non curandosi possano peggiorare le loro condizioni fisiche e forse ottenere dei benefici o addirittura la scarcerazione. Questa simulazione evidenzia non un malessere fisico peraltro inesistente, ma un disagio mentale che potrebbe peggiorare se non monitorato in modo corretto con l'intervento adeguato da parte del personale medico che

si occupa del trattamento della salute mentale.

Chi non sta bene entra in un circuito mentale per cui non si fida delle cure che gli vengono somministrate in carcere e nel frattempo la salute si può aggravare velocemente. In particolar modo ci sono persone fragili che provano diffidenza verso i medici, a questo si va ad aggiungere l'ansia per la carcerazione, la lontananza da casa e dal medico di fiducia. Sovente ci si trova a elencare i propri sintomi a più persone, infermieri, medico di guardia e dirigente sanitario.

Dopo questa trafila, che produce ulteriori momenti di ansia e instabilità, si arriva finalmente innanzi al medico che conosce i vari casi in modo specifico ed è in grado di calibrare la terapia. Per arrivare a questo trascorrono vari giorni durante i quali i sintomi possono peggiorare e la persona rimane in balia dei suoi malesseri “in

perenne attesa di...”

Tra noi detenuti cerchiamo di essere solidali e, in caso di patologie gravi e comprovate, sosteniamo la persona in difficoltà e in alcuni casi ci troviamo a promuovere delle petizioni pacifiche affinché le nostre richieste vengano accolte in tempo reale.

Per quanto riguarda la cura e il sollievo quotidiano della persona sofferente noi ci aiutiamo a vicenda, ad esempio se ci sono problemi o patologie al sistema digerente, di conseguenza, necessitano determinate esigenze alimentari. Tuttavia i compagni di cella o di sezione si adoperano per mettere a disposizione i cibi adeguati, talvolta sono disponibili a prepararli o forniscono consigli preziosi sul come cucinarli. Ad esempio, io (**Giacomo**) che

non so cucinare e ho esigenze specifiche del caso, ricevo sempre consigli sul da farsi o qualcuno se ne occupa al posto mio.

Ultimamente un nostro compagno con un tumore terminale aveva dei continui mancamenti, quindi essendo preoccupati per la situazione, abbiamo cercato di richiamare l'attenzione in modo pacifico. Pensiamo che la nostra azione abbia accelerato i tempi di risposta e in questa situazione ci siamo sentiti utili e coesi.

Benché in questo nostro ambito portiamo dentro ognuno di noi una forma di depressione più o meno latente, succede talvolta che qualcuno sia più bisognoso di attenzioni morali e supporto affettivo. In questi casi ci attiviamo, cestiniamo le nostre preoccupazioni, “prestiamo la

nostra persona”, ci mettiamo a disposizione e ci adoperiamo per distrarre colui che è da accompagnare per qualche tempo.

Paradossalmente la sofferenza migliora e unisce le persone: la condivisione di momenti difficili e frustranti induce a cooperare per cercare una via d'uscita.

Talvolta l'equilibrio mentale in carcere non sempre è scontato, il malessere emotivo e mentale va irrimediabilmente a inficiare la salute fisica, quindi, bisogna essere integri mentalmente e avere cura di se stessi.

È come se riuscissimo a toccare con mano le ferite dell'animo altrui, collegandoci l'un l'altro in una sorta di rete neurale salvavita perché dentro di noi si crea una consapevolezza che è difficilmente raggiungibile nel mondo esterno.



Ristretti Orizzonti Marassi è una pubblicazione non periodica curata dal Laboratorio di scrittura creativa di Grazia Paletta in collaborazione con Ristretti Orizzonti e ARCI Genova presso la Casa Circondariale di Genova Marassi.

Supplemento al n°7/2024 di Ristretti Orizzonti.

Impaginazione e stampa a cura di ARCI Genova aps

Hanno collaborato alla redazione: Ornella Favero (direttore), Carmelo Sgrò, Giuseppe Talotta, Pirottina Giacomo, Antonio Teseo, Vinicio, Giosuè Fioretto, Grazia Paletta, Jenny Costa, Serena Scali, Francesco Bergamini, Fabiola Ottonello