

Anno 17 Numero 4
luglio-agosto 2015

Ristretti

Periodico di informazione e cultura dal Carcere Due Palazzi di Padova

OriZonti

www.ristretti.org

IL MIO VISO PARLA DEL MIO DOLORE



La rabbia e la pazienza

La solitudine rabbiosa dei ragazzi

Il possibile "buon uso" della rabbia

La pazienza messa troppe volte alla prova diventa rabbia

La rabbia che "annulla l'altro"

Trasmettere il dolore senza il rancore

Come comunico la mia rabbia, come ascolto la tua

➤ **Introduzione: La rabbia e la pazienza**

- 1 **Promuovere un dialogo fra chi vive sulla propria pelle la pena, e chi la deve ripensare**di Ornella Favero
 2 **A che punto siamo rispetto all'elaborazione del male, della rabbia, delle ingiustizie sociali**di Adolfo Ceretti

➤ **Capitolo primo: La solitudine rabbiosa dei ragazzi**

- 3 **Avevo un brutto carattere, ero arrabbiato verso il mio destino**di Sofiane Madsiss – Ristretti Orizzonti
 4 **La rabbia è diventata il mio carburante**di Marsel Hoxa – Ristretti Orizzonti
 5 **Chi sono gli adolescenti antisociali, i ragazzi senza paura e senza pietà?** di Alfio Maggolini, docente di Psicologia presso l'Università di Milano-Bicocca

➤ **Capitolo secondo: Il possibile "buon uso" della rabbia**

- 8 **C'è una rabbia che ti fa abbassare la testa, e una rabbia che te la fa alzare**di Carmelo Musumeci – Ristretti Orizzonti
 9 **Esiste un possibile buon uso della rabbia?**di Marino Sinibaldi, direttore di RAI Radio3

➤ **Capitolo terzo: "La pazienza messa troppe volte alla prova diventa rabbia"**

- 12 **L'impazienza mi ha portato a stare in carcere più della metà della mia vita**di Sandro Calderoni – Ristretti Orizzonti
 13 **Quando ero al 41bis la mia ragione di vita era la rabbia**di Giovanni Donatiello - Ristretti Orizzonti
 15 **La pazienza come strumento di trasformazione**di Gabriella Caramore, giornalista, dal 1993 cura il programma di RAI Radio 3 Uomini e Profeti

➤ **Capitolo quarto: Tutte le famiglie felici si assomigliano fra loro, ogni famiglia infelice è infelice a modo suo**

- 17 **Scrivo lettere su lettere imprimendo sui fogli la mia rabbia**di Andrea Zambonini – Ristretti Orizzonti
 18 **Le rabbie private finiscono spesso qui dentro, in galera**di Massimo Cirri, psicologo e conduttore radiofonico a Radio2 Rai con Caterpillar

➤ **Capitolo quinto: "Ognuno costruisce il suo sistema di piccoli rancori irrazionali"**

- 21 **Non mi sono fermato neppure di fronte al dolore più forte che può colpire un uomo**di Lorenzo Sciacca – Ristretti Orizzonti
 22 **La redazione mi ha aiutato ad abbattere il muro di rabbia che mi offuscava la mente**di Tommaso Romeo – Ristretti Orizzonti
 23 **Stare in carcere passando il tempo a guardare il soffitto genera rancore e rabbia**di Gaetano Fianaca – Ristretti Orizzonti
 24 **Uscire dalla trappola del risentimento come emozione che ci imprigiona al passato**di Stefano Tomelleri, professore di Sociologia dei fenomeni collettivi presso il Dipartimento di Scienze Umane e Sociali dell'Università degli Studi di Bergamo

➤ **Capitolo sesto: La rabbia che "annulla l'altro"**

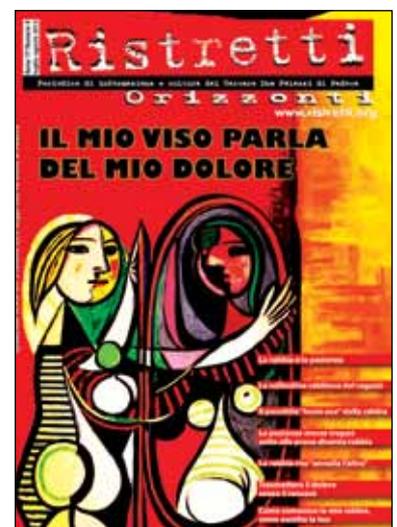
- 26 **Da noi nel sud è molto facile che scatti un orgoglio che diventa vendetta**di Biagio Campailla – Ristretti Orizzonti
 27 **Dietro la rabbia c'è l'annullamento, c'è il non riconoscimento dell'alterità**di Michela Marzano, Professore ordinario di Filosofia morale all'Università Descartes di Parigi

➤ **Capitolo settimo: Trasmettere il dolore senza il rancore**

- 30 **"Dovevo smettere di vivere sospesa"**di Suela, figlia di Dritan, detenuto e redattore di Ristretti
 32 **Ho scelto di essere una persona con un cuore aperto ad accogliere il dolore degli altri**di Lucia Annibali, avvocato e autrice del libro "Io ci sono. La mia storia di «non» amore"

➤ **Capitolo ottavo: Come comunico la mia rabbia, come ascolto la tua**

- 34 **Il coraggio di ascoltare le storie di uomini che hanno commesso gesti violenti verso una donna**di Ornella Favero
 35 **Sono naufragato, sono crollato di fronte alle esigenze di una persona che mi chiedeva di cambiare**di Andrea Donaglio – Ristretti Orizzonti
 37 **Quando noi ci sentiamo "minori" sviluppiamo una grande rabbia**di Fernanda Werner, mediatrice familiare, fondatrice dell'associazione Centro di Ascolto Uomini Maltrattanti
 40 **Un dialogo tra la redazione di Ristretti e Carlo Riccardi e Federica Brunelli, mediatori penali**a cura della Redazione
 47 **È importante che le Istituzioni mostrino la faccia di uno Stato civile che sa ascoltare**di Ornella Favero



In copertina, una rielaborazione di "La Ragazza allo specchio" Picasso (1932)

LA RABBIA E LA PAZIENZA

Atti della giornata di studi nazionale organizzata dalla redazione di Ristretti Orizzonti nella Casa di Reclusione di Padova il 22 maggio 2015

Promuovere un dialogo fra chi vive sulla propria pelle la pena, e chi la deve ripensare

di Ornella Favero, direttrice di Ristretti Orizzonti

"Imparerai che quando senti rabbia hai il diritto di averla, ma ciò non ti dà il diritto di essere crudele"

William Shakespeare

Perché abbiamo scelto il tema "La rabbia e la pazienza"? Perché la rabbia è, credo, il motore di tanti reati, le persone che arrivano in carcere molto spesso hanno vissuto una vita rabbiosa e la pena, se ha un senso, dovrebbe essere esattamente quello di far riflettere su questa rabbia e di far capire i motivi di questa rabbia per indirizzarla in modo diverso, invece molto spesso non succede così. Io ricordo che da bambina c'era un gioco che si chiamava "Non t'arrabbiare" e che produceva esattamente l'effetto contrario, cioè ti faceva arrabbiare tantissimo. Tante volte il carcere è la stessa cosa, il carcere invece di farti capire e riflettere ti fa diventare ancora più rabbioso, allora, siccome noi vogliamo un'idea diversa di pena e di carcere, abbiamo deciso proprio di ragionare su questi meccanismi perversi che fanno esplodere la rabbia e non ti insegnano affatto come indirizzarla, e di ragionare poi sulla pazienza. Quando infatti le persone iniziano un percorso verso l'esterno, la pazienza è una delle cose più difficili da imparare, perché se uno ha per certi versi buttato anni della sua vita in galera, avrebbe una fretta terribile di recuperare il tempo perso. Invece il tempo perso non si recupera, io penso che al contrario bisogna proprio esercitare la pazienza e ragionare molto perché se si esce con l'idea di dover recuperare il tempo perso, la vita poi diventa un disastro.

Allora, io vorrei un carcere, se proprio del carcere ancora non si può fare a meno,

che facesse riflettere, una pena riflessiva, non una pena rabbiosa. In questi giorni si parla molto degli Stati Generali dell'esecuzione della pena, noi avevamo proposto al Ministro un'idea diversa di Stati Generali, cioè, avevamo proposto un'idea che è un po' il modello di questa giornata e del nostro lavoro, di un dialogo tra le persone detenute e le istituzioni. Perché, vedete, qui dentro ci sono sparse tra il pubblico più di cento persone detenute e sono persone che stanno scontando una pena in qualche modo anche riflessiva che le porta a riflettere sul loro percorso, io credo che questo dovrebbero fare gli Stati Generali, promuovere un dialogo fra chi la vive sulla propria pelle, la pena, e chi la deve ripensare. Noi qui abbiamo gli esperti, però tutto l'incontro sarà un alternarsi di interventi diretti di chi vive in prima persona la carcerazione e di persone competenti ed esperte, perché dobbiamo anche imparare l'ascolto reciproco.

Noi speriamo che gli Stati Generali siano un ascolto reciproco, anche se per ora non se ne vede molto, di questo ascolto reciproco, perché io sono stata all'aper-



tura di questi Stati Generali e devo dire che la parola "detenuti" non è nemmeno mai uscita. E questo non mi è molto piaciuto, io non sono una persona che ama la demagogia, a me piace il confronto perché ne hanno bisogno tutti. Ne hanno bisogno le persone detenute perché nel nostro progetto con le scuole, quando si

alzano gli studenti e fanno delle domande terribili, nasce un confronto durissimo, io ho visto, per esempio, persone dell'Alta Sicurezza in grande difficoltà di fronte a dei ragazzini. E ne hanno bisogno i tecnici, gli addetti ai lavori, perché tutti vogliamo imparare, vogliamo diventare anche persone più attente e competenti. 

A che punto siamo rispetto all'elaborazione del male, della rabbia, delle ingiustizie sociali

di **Adolfo Ceretti**, Professore Ordinario di criminologia, Università di Milano-Bicocca



Eccomi. Sono tanti anni che ho l'onore e l'onere di accompagnare Ornella in queste giornate. Tanto per cambiare sono d'accordo con lei... Anch'io ho preso parte alla giornata inaugurale degli Stati Generali, però desidero sottolineare che a mio avviso vi è la volontà di condurli anche attraverso l'ascolto e il dialogo con i detenuti.

Il mio saluto va prima che a ogni altro al Direttore Dott. Salvatore Pirruccio e a tutti gli agenti di polizia penitenziaria che stanno lavorando per realizzare questa giornata.

Le prime parole che voglio rivolgere al Convegno sono di Pierpaolo Pasolini, che nel 1963 ha girato un film intitolato, per l'appunto, "La rabbia". Su questo film egli ha scritto alcune pagine pubblicate in un saggio intitolato "Le belle bandiere" a cura di Giancarlo Ferretti. Pasolini, nell'occasione, risponde a un lettore che gli aveva rivolto qualche domanda sul suo film. Una domanda che gli era stata rivolta era la seguente: "Che cosa rende scontento il poeta?", Pasolini risponde dicendo (siamo negli anni Sessanta del secolo scorso) che un'infinità di problemi affligge la società e nessuno è capace di risolverli, e senza

la risoluzione di questi problemi la pace, la pace vera, quella del poeta è irrealizzabile. Per esempio sono problemi il colonialismo o la fame per milioni di sottoproletari o, ancora, il razzismo. Il razzismo, in particolare, è visto dal Poeta come il cancro morale dell'uomo moderno e, appunto come il cancro, ha infinite forme: è l'odio che nasce dal conformismo, dalla prepotenza della maggioranza; è l'odio per tutto ciò che è diverso, per tutto ciò che non rientra nella norma e quindi turba l'ordine borghese: "guai a chi è diverso", questo il grido, la formula, lo slogan del mondo moderno, quindi odio contro i negri, i gialli, gli uomini di colore, odio contro gli ebrei, odio contro i figli ribelli, odio contro i poeti.

Pasolini si chiede perché. Finché l'uomo sfrutterà l'uomo, finché l'umanità sarà divisa in servi e padroni - risponde - non ci sarà né normalità né pace. La ragione di tutto il male del nostro tempo è qui.

Ecco.

Riascoltare queste parole a distanza di decenni può farci comprendere a che punto siamo rispetto all'elaborazione del male, della rabbia, delle ingiustizie sociali che egli denunciava nel suo film e nei suoi scritti.

La redazione di Ristretti Orizzonti è attentissima a questi temi e quando io ho la gioia e l'onore di partecipare alle riunioni di redazione proviamo a riflettere anche su temi di carattere molto generale, proprio come questi. Sono convinto che oggi, insieme alle persone che sono state invitate, e soprattutto attraverso le testimonianze delle persone che compongono la redazione, qualche ulteriore illuminazione intorno a questi argomenti avremo modo di incontrarla. 



LA SOLITUDINE RABBIOSA DEI RAGAZZI

Quando succedono gravi fatti di cronaca che hanno per protagonisti adolescenti, l'unica strada possibile è cercare di comprendere il senso e le motivazioni della trasgressività dei giovani, per trovare risposte adeguate e impedire che degeneri in delinquenza, quella che poi apre le porte del carcere minorile, e alla fine anche quelle del carcere per adulti.

Chi sono questi ragazzi senza paura e, a volte, senza pietà? Malati o semplicemente "cattivi"? Alfio Maggiolini, psicoterapeuta, e gli autori del testo di cui è curatore *"Senza paura, senza pietà"*, spiegano: *"Prima di tutto sono adolescenti in difficoltà, incapaci di trovare altri modi di percepire se stessi come persone di valore, dotate di un futuro e della possibilità di agire nel mondo senza doversi imporre con la prevaricazione. Oggi sappiamo come aiutarli a crescere e a sviluppare una positiva identità sociale"*

Avevo un brutto carattere, ero arrabbiato verso il mio destino

di Sofiane Madsiss – Ristretti Orizzonti



Buongiorno a tutti. Mi fa piacere vedere tanta gente, vorrei cominciare la mia riflessione dicendo che ultimamente sto soffrendo tanto di invidia e di rabbia, invidia verso gli animali, perché da quando sono in carcere io guardo la televisione e ci sono tanti programmi a difesa degli animali, tante campagne di sensibilizzazione verso le condizioni di vita disumane di alcuni animali. La rabbia ce l'ho verso quella società che fa di tutto per far versare qualche lacrima quando si parla di aiutare un animale che vive in modo disumano perché ristretto in spazi piccoli, ma quando si parla di un detenuto, si girano dall'altra parte o cambiano canale e nessuno parla di noi.

Io sono cresciuto con la rabbia fin da bambino, sono nato e cresciuto in un quartiere della periferia di Tunisi, un quartiere malfamato e degradato dove la delinquenza era il pane quotidiano, era difficile trovare una famiglia senza un delinquente dentro. Avevo un brutto carattere, ero arrabbiato verso il mio destino, non accettavo la povertà, avevo sempre voglia di fare a pugni con i miei coetanei, da piccolo cercavo sempre lo scontro fisico. Questo mio carattere è nato dall'esigenza di farmi valere in una piccola comunità di

un quartiere pieno di prepotenza, una prepotenza che o la fai o la subisci, io non accettavo di subirla e allora cercavo sempre di diventare anch'io prepotente.

Col tempo, mi sono portato questo vizio fino ai primi anni di liceo e litigavo per qualsiasi cosa, un giorno ho litigato con un ragazzo ma lui è andato a chiamare suo fratello più grande e insieme mi hanno picchiato, mi hanno fatto tanto male, ma era più che un dolore fisico un male psicologico, perché in quel momento mi sono sentito ferito nell'orgoglio, mi sono sentito umiliato davanti ai miei amici: non riuscivo più a guardarli in faccia, mi sono tirato indietro da solo ma la rabbia ha cominciato a logorarmi dentro, facevo unicamente dei pensieri cattivi.

Secondo me la rabbia è il nostro tallone di Achille, perché per la maggior parte le persone o fanno del male agli altri o lo fanno a se stesse tenendosi tutto dentro. Io in quel momento l'unico pensiero che avevo era di andare a casa, prendere un coltellino e cercare quel ragazzo. Quando sono tornato a scuola, l'ho trovato e sono andato verso di lui con quel coltellino, non sapevo cosa facevo in quel momento ma volevo a tutti i costi riprendermi il mio orgoglio, fargli del male e basta. Mi sono scaglia-

to contro di lui e lui, quando ha visto il coltello, subito è scappato via. In quel momento io ho sentito che il mio orgoglio era guarito da quella ferita, mi sono guardato intorno e vicino a me vedevo le facce dei miei amici soddisfatte del mio gesto. E da quel giorno ho cambiato il mio destino, perché io penso che il destino ognuno se lo costruisce da sé, io quel giorno l'ho cambiato perché quel gesto mi ha fatto venire un brivido nella schiena di potenza e di forza, che mi ha provocato un gran piacere, e da quel giorno quel coltellino è diventato il mio angelo custode, sempre con me, lo tiravo fuori in qualsiasi discussione. Finché piano piano sono diventato il bullo del liceo, il teppista, e lì c'è un problema perché non c'è nessuno che ti dice che quello che stai facendo è sbagliato, al contrario cominci ad avere tanti amici, tante ragazze, tutti sono con te non per rispetto ma solo per paura, e a me piaceva quella cosa e sono andato avanti con quell'atteggiamento.

Poi sono iniziate le piccole trasgressioni, ho cominciato a prendere qualsiasi cosa che mi piaceva con la prepotenza: denaro, vestiti, gioielli, qualsiasi cosa che volevo da un ragazzo ricco io la prendevo, non accettavo di essere pove-

ro, non accettavo la mia situazione sociale, volevo vestirmi bene e lo facevo con quel metodo. Con questo atteggiamento, dopo i 18 anni volevo cambiare aria e ho deciso di venire qui in Europa, sono arrivato clandestinamente a Marsiglia dove ho vissuto per qualche mese, sempre con quel carattere, ormai avevo superato la soglia della legalità ed ero finito nell'illegalità perché mi piaceva avere tutto facile. Ho vissuto lì facendo anche piccolo spaccio di sostanze, piccole estorsioni, di tutto. Finché un giorno mi hanno convinto a venire qui in Italia, a Firenze ho trovato i miei amici, la città mi è piaciuta e sono rimasto lì facendo sempre quello che facevo prima, spacciare soprattutto. Un giorno eravamo in un bar, io e due miei amici, a chiacchiere e scherzare fra di noi, e arriva un nostro compagno a lamentarsi che c'era un ragazzo che usava la prepotenza su di lui. Così abbiamo deciso di andare a

parlare con questo ragazzo per dirgli di lasciare in pace il nostro amico e fargli fare la sua vita senza disturbarlo.

Siamo arrivati lì e abbiamo cominciato a parlare tranquillamente, ma la discussione è degenerata, si sono alzati i toni, parolacce, siamo arrivati alle mani, pugni, e la rabbia ha preso il sopravvento su di me, ho tirato fuori quel coltellino che sempre avevo in tasca e l'ho ferito, siamo scappati via ma in quel momento io non sapevo cosa avevo fatto, pensavo di avergli fatto solo una piccola ferita, dopo tre giorni guardando il telegiornale vengo a sapere che quel ragazzo era morto, in quel momento tutto è diventato buio davanti a me, pensavo: "Ma cosa ho fatto? Ho ucciso un ragazzo, alla mia età, ho rovinato la sua famiglia e anche la mia...". Non riuscivo più a pensare a niente, non vedevo più un futuro davanti a me, sono rimasto bloccato e l'unica cosa che mi è venuta

in mente era di scappare via. Sono scappato e tornato in Francia dove ho vissuto per tanti anni, ho fatto una vita da latitante, in quella vita non mi fidavo più di nessuno, appena vedevo qualcuno che mi conosceva dovevo cambiare posto perché avevo paura che mi denunciassero, avevo paura di essere arrestato, ho girato quasi mezza Europa così. Alla fine mi sono stancato della latitanza, che non è proprio vita, e ho deciso di tornare in Italia, dove ben presto sono stato arrestato. Mi hanno dato 18 anni di galera e oggi sono qui e devo fare 18 anni che possono sembrare tanti per me ma sono pochi lo stesso, perché ho tolto la vita ad un essere umano per futili motivi. Questa è la sintesi della mia storia sin da quando ero bambino, la mia scelta di non accettare di essere nato in una famiglia povera e di cercare scorciatoie per far soldi, e alla fine ho rovinato la mia vita e altre vite. ✍️

La rabbia è diventata il mio carburante

di Marsel Hoxa

Ristretti Orizzonti



Buon giorno a tutti, mi chiamo Marsel. Io fin da bambino mi sono ritrovato in una realtà fatta di vecchi rancori tra la mia famiglia e un'altra famiglia della stessa città e non potendo fare nulla per cambiare le cose ho cominciato a maturare rabbia dentro di me, una rabbia di cui non ero consapevole. Vedevo la mia famiglia, che come tante altre famiglie era schiacciata e massacrata dalla dittatura che per ben 45 anni ha tenuto l'Albania in un regime duro, in difficoltà nell'adeguarsi al nuovo sistema politico. Poi, dopo un po' la rabbia ho cominciato a sentirla di più. Fino a che decisi di andarmene dal mio Paese perché se fossi rimasto sarei diventato un assassino o sarei morto ucciso, allora sono ve-

nuto in Italia per cercare un futuro migliore. Sono venuto dai miei parenti che lavoravano qui da anni ed erano in regola. Ma io le persone le giudicavo in un'altra maniera rispetto a loro, li vedevo che lavorando piano piano si costruivano una vita ed erano anche felici, con tanta fatica, e nello stesso tempo avevo conosciuto invece degli amici che spendevano in un giorno quello che i miei parenti guadagnavano in un mese. Allora ho smesso di lavorare e sono andato via con i miei nuovi amici.

La rabbia è diventata il mio carburante per poter fare qualsiasi cosa, cose che prima non avrei mai immaginato di riuscire a fare. Io poi avevo anche una ragazza a cui volevo molto bene e con la quale

ho un figlio, ma neppure con la nascita di mio figlio mi sono fermato, anzi ho continuato a fare una vita piena di delinquenza. Non avevo pazienza. Poi ho conosciuto anche la droga, una trappola che avevo costruito io stesso e nella quale sono caduto.

Oggi, quando ripercorro il passato, sento dei brividi e dei dolori per aver tradito il sogno di mio figlio. Ma oggi sto anche imparando a superare questa rabbia, spero nell'aiuto che mi viene dal confronto con le scuole nel progetto "Il carcere entra a scuola, le scuole entrano in carcere", con le attività che faccio all'interno della redazione e magari con il vostro aiuto, l'aiuto della società, spero di riuscirci. ✍️

“Mio figlio è cattivo o è matto?”

di **Adolfo Ceretti**

Chi sono questi ragazzi senza paura e, a volte, senza pietà? Malati o semplicemente “cattivi”?

Mad or bad?: “folli” o “cattivi” o, se vogliamo, “cattivi” di temperamento prima ancora di essere “folli”.

È questa la domanda, certamente formulata in modo meno esperto, che spesso mi sento fare da padri o madri di adolescenti che manifestano, nel corso del loro agire quotidiano, condotte altamente

problematiche, talvolta seriamente rilevanti anche sotto il profilo penale.

La ricerca di un paradigma più generale di “spiegazione della violenza” rispetto a quello declinato “solo” sul versante della psicopatologia invita a rinvenire il “significato” del gesto aggressivo/violento in dimensioni che la precedono, che vanno oltre i suoi confini, e che privilegiano la continuità/contiguità tra “normalità” e “patologia”. Con alte aspettative giro oggi questa domanda

a un caro amico e a un augusto collega, il Professor Alfio Maggiolini, psicoterapeuta, docente di Psicologia del Ciclo di Vita presso l'Università di Milano-Bicocca, e Direttore della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Psicoanalitica dell'Adolescenza e del Giovane Adulto. Alfio ha scritto e curato numerosi libri, tra i quali ricordo il “Manuale di psicologia dell'adolescenza”, “Ruoli affettivi e psicoterapia. Il cambiamento come sviluppo” e, in riferimento al contesto di oggi, “Senza paura, senza pietà. Valutazione e trattamento degli adolescenti antisociali”.

Chi sono gli adolescenti antisociali, i ragazzi senza paura e senza pietà?

Prima di tutto sono adolescenti in difficoltà, incapaci di trovare altri modi di percepire se stessi come persone di valore, dotate di un futuro e della possibilità di agire nel mondo senza doversi imporre con la prevaricazione



di **Alfio Maggiolini***

Vi porto qualche riflessione che deriva dal mio lavoro con gli adolescenti antisociali, che svolgo come psicoterapeuta, in una collaborazione di moltissimi anni con i servizi della giustizia minorile della Lombardia. Vorrei anche portare una riflessione su “che fare”, non su “cosa bisognerebbe fare”

ma su quello che effettivamente facciamo, intervenendo con i ragazzi che si trovano sottoposti a procedimenti penali per aver commesso dei reati.

Rabbia e pazienza sono termini solo parzialmente contrapposti. La rabbia è un'emozione di base e in quanto tale ci può accompagnare per tutta la vita. La pazienza è solo in parte un tratto temperamentale, per altri aspetti è qualcosa che si sviluppa con la crescita, con il cambiamento del cervello, anche a partire dalle esperienze e dall'educazione che si può ricevere.

Il cambiamento del cervello è particolarmente rilevante in adolescenza e alcuni cambiamenti che si hanno in adolescenza riguarda-

no la capacità di tollerare le frustrazioni, di rimandare una soddisfazione immediata, di essere capaci di considerare meglio le conseguenze delle proprie azioni. Ancora fino a 20-25 anni questa capacità matura. C'è quindi una capacità di portare pazienza che è supportata da questo processo di maturazione.

E' possibile aiutare questo processo di sviluppo, è possibile produrre pazienza? In realtà quello che dirò andrà in una direzione diversa da questo tipo di obiettivo. Cercherò di spiegarvi in che senso.

Partirò dalla considerazione che la trasgressività, l'impulsività, la violenza, costituiscano un tratto tipico dell'adolescenza. Aristotele diceva che gli adolescenti sono

* Psicoterapeuta, è docente di Psicologia del ciclo di vita presso l'Università di Milano-Bicocca e direttore della Scuola di specializzazione in psicoterapia psicoanalitica dell'adolescenza e del giovane adulto. Ha curato, tra l'altro, il saggio “Senza paura, senza pietà. Valutazione e trattamento degli adolescenti antisociali”

scaldati dalla natura come gli ubriachi dal vino, Shakespeare diceva che bisognerebbe abolire l'età che va dai 12 ai 23 anni perché fatta solo di ingravidare ragazze, ubriacarsi, darsi legnate. Sarebbe quindi meglio evitare questo periodo, che per definizione è volto all'esercizio dell'impulsività, senza controllo. La trasgressività in adolescenza ha una funzione fisiologica di sviluppo: per crescere serve mettersi alla prova, superare dei limiti, esplorare, anche cercando nuove gratificazioni all'esterno del nucleo familiare. Trasgredire serve per crescere. Il problema è capire come quando questa tensione trasgressiva allo sviluppo, che mette in questione le norme ricevute, che ha una funzione nella costruzione dell'identità sociale, si trasforma in una tendenza antisociale, che può portare a commettere reati.

Alcune prospettive teoriche danno più importanza al mondo esterno, altre a quello interno. In realtà si tratta di prospettive complementari, perché da una parte conta il primo ambiente di sviluppo, dall'altro il temperamento. Quando i bambini che hanno un temperamento difficile (irregolari, con un'emotività negativa, con un primo approccio diffidente con il mondo) incontrano un ambiente di cura non adeguato, non in grado di regolare le loro intemperanze, possono sviluppare una tendenza oppositiva, una difficoltà a gestire gli impulsi e la rabbia. Il primo ambiente di sviluppo può quindi essere importante per determinare la difficoltà a gestire l'impulsività. Anche gli ambienti non famigliari, il gruppo di amici, il tipo di scuola che si frequenta, il quartiere di residenza, hanno un'influenza nel determinare le modalità in cui certi bisogni di base si sviluppano, in modo più o meno adeguato.

Una concezione situazionistica sostiene l'idea che qualsiasi persona, in fondo, in certe condizioni, si può trovare a commettere azioni moralmente riprovevoli, fino al sadismo. Per questo si dice che "l'occasione fa l'uomo ladro". All'opposto ci sono concezioni per le quali



conta la personalità, quello che uno è dentro di sé.

I tratti temperamentali di base spesso vengono visti negli adolescenti antisociali come tratti particolarmente negativi. Sono ragazzi temerari, senza paura, spavaldi, ragazzi senza freni, con difficoltà a controllare un impulso. Prima agiscono e poi eventualmente riflettono su quello che è successo, prima c'è l'azione e poi la riflessione. I ragazzi senza pietà non hanno empatia per il dolore dell'altro. Secondo alcuni autori questa mancanza di empatia è il nucleo centrale dell'antisocialità, come se fosse questo l'elemento che non frena la messa in atto di certi comportamenti, una mancanza di freno etico, più che cognitivo, cioè la capacità di riflettere sul comportamento.

In questo modo l'antisocialità è definita in modo negativo. E tuttavia si potrebbe vedere tutto all'opposto, perché non avere paura è coraggio, non avere pietà è una capacità che a volte serve per andare fino in fondo alle proprie azioni. Se pensiamo a un soldato, può necessariamente mettere al servizio del suo dovere di ruolo questi tratti di personalità. Il modo in cui possiamo giudicare un comportamento, al di là della contrapposizione fra cause interne e esterne, dovreb-

be far quindi riferimento agli scopi soggettivi e alle circostanze in cui vengono messi in atto. Se noi consideriamo una logica dell'azione, perché una persona fa qualcosa, possiamo considerare diversi aspetti. In primo luogo c'è ciò che motiva un'azione, per esempio la rabbia o una provocazione.

In secondo luogo c'è il livello di consapevolezza, quanto uno si rende conto di quello che fa, quanto lo fa apposta, quanto è in grado di controllare i propri impulsi. Una persona può agire perché accecata dall'ira.

Infine, c'è un terzo livello di comprensione delle cause di una azione, al di là di ciò che la provoca o del livello di consapevolezza con la quale è attuata. E' l'intenzione, lo scopo, il bisogno che c'è alla base di un certo tipo di azione. Per esempio, il bisogno di riparare il proprio orgoglio, il bisogno di sentirsi forte e di farsi valere.

Quando pensiamo alle cause di un'azione dobbiamo, quindi, avere in mente queste diverse prospettive. Perché è importante questa distinzione? Perché la logica dell'intervento, la logica della risposta, può cambiare molto in base alla prospettiva che adottiamo.

Vi do un esempio di come si possa ragionare in questa prospettiva. Se noi pensiamo che dei ragazzi,

degli adolescenti, ma il discorso può valere anche per gli adulti, non hanno paura, non hanno pietà, non hanno freni, la prima cosa che dobbiamo fare è reagire a queste mancanze. Se non hanno paura dobbiamo minacciarli, dire che avranno delle pene, se non hanno sensi di colpa, dobbiamo colpevolizzarli, dire che sono colpevoli, se non hanno freni dobbiamo restringerli, dobbiamo ridurre la loro libertà.

Ridurre la libertà, minacciare e colpevolizzare possono essere risposte immediate della legge, reazioni immediate che sono complementari a queste mancanze. Questa risposta è problematica, perché rischia di essere iatrogena. E' socialmente giustificabile, ma non è detto che produca degli effetti di cambiamento. Può produrre un senso di equità sociale, ma non è detto che produca un cambiamento nelle persone.

C'è un secondo livello di risposta, in cui si ritiene, in una logica rieducativa, che non si debba compensare queste mancanze, ma fare in modo di sviluppare empatia o senso di colpa, capacità di controllo o consapevolezza sulle conseguenze delle proprie azioni. Questa logica tende a un vero cambiamento e si può tradurre in tante forme di intervento, educative, pedagogiche o terapeutiche. Questi interventi hanno una certa efficacia, ma noi cerchiamo di lavorare a un altro livello ancora, con altri tipi di obiettivi non solo rieducativi.

Qual è un terzo livello di intervento al quale si può lavorare? Non si cerca di compensare il negativo ("tu non hai il senso di colpa, quindi adesso dovrai fare in modo di riuscire a provare una certa empatia, dovrai provare a pentirti di

quello che è successo"), in una logica moralistica, che cerca di trasformare un peccato in una virtù. Lavorando in questa direzione la persona deve riconoscersi sostanzialmente cattiva, per modificare il male all'origine.

Questo approccio riduce l'alleanza di lavoro, l'alleanza terapeutica. Se io voglio lavorare con un adolescente e se il mio presupposto è che lui ammetta di essere deficitario di qualche cosa, ammetta di essere sostanzialmente cattivo, per intraprendere un percorso di pentimento e di riparazione, ho scarse probabilità di successo. Molti ragazzi non accettano questa prospettiva.

Come possiamo fare per aumentare l'alleanza, aumentando le probabilità di successo dell'intervento? Dobbiamo passare alla prospettiva in cui dobbiamo prima di tutto individuare qual è l'intenzione che è alla base di certi comportamenti, cercando il bisogno che ne è alla base.

Un ragazzo che ruba un cellulare ha bisogno di valore sociale. Compirà questo gesto con rabbia, senza tenere conto degli altri e delle conseguenze, ma alla base c'è un bisogno di reputazione, di riconoscimento sociale.

Allora se voglio intervenire con un adolescente devo non solo lavorare sulla sua impulsività, sulla sua mancanza di empatia, sulla sua mancanza di percezione del pericolo delle conseguenze delle sue azioni, ma devo lavorare sul bisogno che è stato espresso a partire da quel comportamento, partire dall'intenzione che c'è nel reato. Partire da questo punto di vista consente un'alleanza, perché ci si allea con una parte positiva dell'imputato. Non ho bisogno, quindi, che ammetta la propria

cattiveria, ma che ammetta di aver usato mezzi sbagliati per poter realizzare un bisogno che riconosco come legittimo.

Voi direte che è strano ragionare in questo modo. In realtà, il sistema penale minorile ha tra le sue misure la messa alla prova che adesso si dovrebbe estendere anche agli adulti. La messa alla prova funziona così, al di fuori di una logica di punizione. C'è una sospensione del processo, a partire dall'idea che si debba andare a intercettare il bisogno, per fare un progetto rieducativo, ma non nel senso che dicevo prima. E' invece un progetto che ha obiettivi di sviluppo. La messa alla prova è impegno, riparazione sociale, più che pentimento.

A partire da questa prospettiva di un progetto di sviluppo sostenuto dagli adulti è possibile avere una maggiore alleanza e arrivare a dei risultati. Le messe alla prova hanno un esito positivo, nell'80% si chiudono positivamente, un risultato importante. Un altro dato conferma che anche il rischio di recidiva, nei ragazzi che hanno avuto la messa alla prova, è più basso non solo di quelli condannati, ma anche in quelli perdonati. Questo intervento può quindi essere efficace e ridurre il rischio di recidiva. Spesso lo slogan che viene usato per spiegare la logica dell'intervento è "Fermati e pensa", rifletti, non agire, perché l'azione è considerata negativa. La logica della messa alla prova porta ad un altro slogan: "Muoviti, fai qualcosa di giusto, fai qualcosa di positivo per il tuo futuro e per il tuo sviluppo, agisci, ma agisci bene. Noi ti aiutiamo ad agire, non ti fermiamo, non ti rinchiudiamo, ma ti facciamo muovere in senso vero e positivo".

Adolfo Ceretti: Ho apprezzato dalla prima all'ultima parola l'intervento del Professor Maggolini. Desidero riprendere solo un passaggio, decisivo per chi, come me, lavora, in qualità di criminologo, non solo dentro l'Università, ma soprattutto dentro le carceri. Il passaggio riguarda l'ascoltare chi ha commesso un reato e chiedersi: "che cosa voleva dire, significare, questa persona agendo in quel modo?" Alfio ha sviluppato benissimo i ragionamenti che accompagnano questa domanda, decisiva se si vuole lavorare per costruire quell'autoriflessività di cui parlava prima Ornella. Questo ascolto, per chi lo sa attivare, permette di iniziare a comprendere una grammatica che spesso ci è sconosciuta, perché noi non abbiamo nozione del linguaggio e delle catene simboliche di chi ha commesso un reato. Ecco, allora, il senso di questa grande sfida, rispetto alla quale Alfio è un Maestro. Lo ringraziamo dunque ancora una volta per essere venuto a donarci le parole che ha pronunciato.

IL POSSIBILE "BUON USO" DELLA RABBIA

Le parole della rabbia sono spesso terribili, perché hanno l'immediatezza e la fretta che le rendono poi ingestibili, e perché tante volte aprono la strada all'azione, da cui si rischia di non riuscire più a tornare indietro. Se, come dice Marino Sinibaldi, inventore di Fahrenheit, una trasmissione radio non DI libri o SUI libri, ma CON i libri, *"per avere voglia di leggerne uno, devi avere bisogno di storie, perché non ti basta più quella che vivi, perché vuoi alzare la testa e guardare un po' più in là"*, allora a lui affidiamo il compito di parlare del possibile "buon uso" della rabbia, e di come quella rabbia si può imparare ad "ascoltarla" con la cultura, perché *"la cultura è la condizione per esercitare la possibilità di cambiare parte della propria vita, è una forma di conoscenza della propria realtà, è la condizione necessaria per autodeterminare la propria vita e liberarla"*.



C'è una rabbia che ti fa abbassare la testa, e una rabbia che te la fa alzare

di Carmelo Musumeci - Ristretti Orizzonti

Buon giorno, sono Carmelo Musumeci e io, sinceramente, più che di parlarvi della pazienza preferisco parlarvi della rabbia che conosco un po' meglio, sia perché sono nato in una terra molto incazzata sia perché sono cresciuto in una famiglia molto incazzata, e poi perché in 24 anni di carcere la rabbia, una rabbia attiva, una rabbia costruttiva, una rabbia d'amore sociale mi ha dato la possibilità di sopravvivere, di rimanere ancora umano e di conservare quel po' d'amore che ancora mi era rimasto. Quindi, io ho deciso oggi di parlarvi della rabbia tra le sbarre, la rabbia di un ergastolano condannato dalla società ad essere cattivo e colpevole per sempre, e debbo dire che è qua-

si impossibile avere pazienza con una pena sulle spalle disumana come la pena dell'ergastolo, e poi leggere nel tuo certificato di detenzione: "Fine pena mai" o, in alcuni casi: "Fine pena anno 9999". Scrivere una cifra del genere mi sembra proprio una presa in giro, e poi non è facile avere pazienza quando sei sottoposto a regimi disumani dove ti danno la possibilità di vedere i tuoi figli tramite un vetro divisorio, ricordo mia figlia e la rabbia di non poterla baciare, non poterla accarezzare mentre lei batteva la manina su questo vetro e poi si metteva a piangere. Non è facile aver pazienza quando sei trasferito da un carcere all'altro, e poi, caso strano, sempre in carceri lontani da casa dove molto spesso

i tuoi cari non ti possono venire a trovare, non è facile aver pazienza quando ti accorgi che il carcere è il luogo più illegale di qualsiasi altro posto, non è facile avere pazienza quando il tuo compagno della cella di fronte si è impiccato, si è tolto la vita perché probabilmente non ha potuto vederla appassire tra le mura di un carcere.

Ecco, io credo che la rabbia in questi anni mi abbia dato la possibilità di crescere, perché secondo me ci sono due tipi di rabbia, c'è una rabbia che ti fa abbassare la testa, c'è una rabbia che te la fa alzare, che ti può fare migliorare, che ti può far indignare e che può veramente, come è accaduto a me, farti accorgere che il carcere, nonostante la sua negatività, se cerchi di reagire ti può dare anche quella forza, quell'energia per cercare di cambiare te stesso e anche il mondo che ti circonda.

Ecco, io devo dire che adesso sono un po' meno arrabbiato perché grazie a un provvedimento del tribunale di Sorveglianza di Venezia, dopo 24 anni sono potuto uscire in permesso e stare con la mia compagna che, appunto, mi aspettava quasi disperata per tutti questi anni ed è stata proprio un'esperienza indescrivibile perché ho lasciato due bambini piccoli e me li sono trovati grandi, e sinceramente ho fatto una gaffe, ho preso mio figlio che oramai ha trent'anni, sposato con due bambini, l'ho preso per la mano, perché incredibilmente in carcere il tempo si ferma, e mio figlio mi ha detto: "Ma papà, che figura mi fai fare, ho trent'anni e mi prendi an-

cora per la mano, non sono mica più un bambino". Ecco, lì mi sono accorto che effettivamente sono passati 24 anni.

Io adesso però vi debbo dire che in questi giorni sono ancora arrabbiato, sono arrabbiato perché il Ministro della Giustizia ha istituito gli Stati Generali sull'esecuzione della pena, e la redazione di Ristretti Orizzonti si era data da fare per cercare di portare un suo contributo, abbiamo iniziato a scrivere in diversi carceri per chiedere le testimonianze dei detenuti, perché io credo che il detenuto debba avere un ruolo attivo, siamo noi che possiamo aiutare le istituzioni

a portare la legalità, la giustizia, la carta costituzionale in carcere, ma, purtroppo, per ora il Ministro della Giustizia Orlando non ha ancora ufficializzato il nostro coinvolgimento. Ecco, io mi domando perché non possiamo anche noi fare qualcosa per migliorare le carceri? perché non ci coinvolgono? Noi il carcere lo conosciamo bene, sappiamo bene le dinamiche che non vanno, conosciamo bene sulla nostra pelle cosa vuol dire fare una traduzione di nove ore con le manette ai polsi e vedere poi che i nostri polsi sanguinano, sappiamo bene come ci trasportano in quei blindati che sono esperien-

ze disumane, conosciamo le celle lisce quando ci mettono in punizione, ecco, noi veramente vogliamo dare un contributo affinché ci coinvolgano per migliorare il carcere, perché è importante darci anche un ruolo attivo e non passivo. Io a volte mi arrabbio per questo, perché in noi ci sono delle energie che, se la società e lo Stato ne approfittano, ci indirizzano, possono essere utili alla società, noi possiamo essere utili perché vogliamo scontare una pena in modo attivo cercando di riscattare il nostro passato. Io spero di avervi fatto arrabbiare abbastanza e vi mando un sorriso tra le sbarre. ☺

Ornella Favero: Marino Sinibaldi lo conosco perché abbiamo un passato comune di giovani arrabbiati in Lotta Continua. Oggi è Direttore di Rai Radio3 ed è l'inventore di Fahrenheit, una delle trasmissioni radio credo più vivaci, ricche, stimolanti dal punto di vista della cultura, una trasmissione che è un laboratorio di idee e sperimentazioni, un po' come cerchiamo, nel nostro piccolo, di esserlo noi rispetto al carcere.

Esiste un possibile BUON USO DELLA RABBIA?

di Marino Sinibaldi*

Pensavo, venendo qui, che venivo soprattutto per ascoltare, e le parole che ha detto Carmelo Musumeci mi confermano che questo sarà il principale obiettivo di questa giornata, perché il modo in cui lui ha parlato della rabbia, la formula che ha usato, rabbia attiva e rabbia positiva, sono esattamente le parole con cui avrei concluso e forse concludo questa riflessione, che vorrei condividere con voi, sul possibile buon uso della rabbia, di questo sentimento che pare distruttivo, effettivamente lacera il tessuto

sociale, lacera i tessuti individuali, spesso pregiudica i destini di vita. Un sentimento che produce violenza, genera peccati e reati, o almeno, in forma più diffusa, silenzi, rassegnazione, questa è la rabbia, qualcosa che sembra, soprattutto oggi, assumere un peso particolare con una forma di lacerazione del tessuto sociale. La rabbia o meglio LE RABBIE. È sempre stato così, in fondo la storia l'hanno fatta tre sentimenti, la rabbia, la paura e la speranza, o meglio le rabbie, le paure e le speranze hanno fatto la storia, la storia collettiva, la grande storia, e sono forse i sentimenti che più abitano le nostre vite, le nostre giornate. Ma oggi, nel nostro tempo abbiamo l'impressione che questo sentimento, la rabbia, si presenti con un aspetto ancora più riconoscibile, come elemento distruttivo del nostro tessuto sociale, soprattutto quando si ma-



nifesta non solo come violenza/reato, ma come silenzio, come secessione dalla società. La rabbia oggi sembra produrre soprattutto questo, un rifiuto della dimensione collettiva e condivisa, della dimensione comune della vita.

Com'è possibile un buon uso di un sentimento così apparentemente distruttivo? Be' intanto per cercare il buon uso della rabbia bisognerebbe identificarla, definirla un po', capirla, forse anche dividerla o almeno accettarla, solo a queste condizioni possiamo pensare a un buon uso individuale e collettivo. Quindi bisogna cercare le fondamenta della rabbia, non è semplice perché la rabbia è un fenomeno complesso, anche misurandola sulla nostra scala individuale, privata, vediamo che nella rabbia si

* Direttore di RAI Radio3, ideatore della ascoltattissima trasmissione Fahrenheit, e direttore artistico di Libri Come, la festa del libro e della lettura. Di Marino Sinibaldi è uscito di recente Un millimetro in là - Intervista sulla Cultura

concentrano, precipitano una serie di attese, di pretese, di offese della nostra vita, promesse non mantenute, frustrazioni non elaborate, dunque è un sentimento complesso, un affetto complesso. Io non posso pensare di unificare questo sentimento, posso proporre una spiegazione, almeno quella che mi sembra più utile per capire le rabbie del nostro tempo presente e anche forse immaginare un buon uso di queste rabbie, cioè non la loro repressione, ma la loro espressione, questo è il mio obiettivo, non pensare a una rabbia da reprimere ma a una rabbia da esprimere.

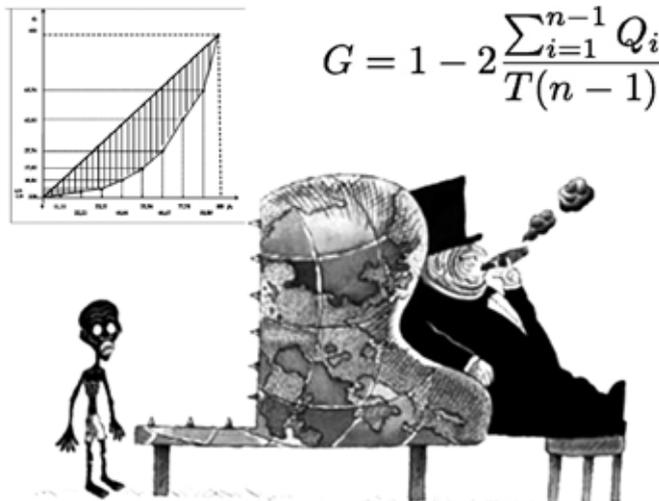
Penso che la principale spiegazione alle nostre rabbie, oggi, sia un senso di disuguaglianza, meglio ancora di distanza crescente che separa le persone, i destini, le sensibilità, i gruppi sociali, un senso di distanza prodotto dalle disuguaglianze e un senso di immobilità, di immutabilità di queste distanze. Questa a mio avviso è la fonte principale, quella più individuabile e forse più adoperabile delle rabbie del nostro tempo. Sempre al plurale ne vorrei parlare, come plurali sono oggi i fattori di disuguaglianza, quello che genera oggi

distanze crescenti degli individui, l'impressione che destini comuni non esistano più, esistono solo destini di gruppi, di classi di ceti di interessi o di individui, e il fatto che la rete delle disuguaglianze si è moltiplicata accanto a quelle più tradizionali, che non erano solo economiche, ma che per convenzione possiamo dire economiche, se ne sono aggiunte altre.

Oggi le disuguaglianze sono generate da ragioni economiche senz'altro, ma anche giuridiche, anche geografiche, di genere sessuale o di generazione, quindi tra generazioni diverse e tra generi diversi, sono culturali, cioè sono d'istruzione, ma anche di educazione, sono culturali anche dal punto

di vista dell'accesso ai beni, sono famigliari naturalmente, sono anche digitali... non continuerò con questo elenco, ciascuno può aggiungere elementi per capire quanto queste disuguaglianze, parliamone al plurale, siano oggi una rete che separa sempre più persone.

Noi abbiamo per definire l'uguaglianza, quella tradizionale, un indice matematico, tra l'altro studiato da un italiano, che è l'indice di Gini. Questo signor Gini elaborò un indice in cui la scala della disuguaglianza andava da zero a uno, uno è il massimo di disuguaglianza economica, quella in cui tutti i beni sono concentrati in una sola persona, naturalmente nonostante tutti i tentativi nessuno ha rag-



giunto questo obiettivo, anche nel nostro Paese c'è stato qualche tentativo recente mi sembra, ma l'obiettivo non è stato mai raggiunto, e zero è ovviamente la distribuzione. L'indice di Gini genera una scala internazionale che non è rassicurante per noi, solo due Paesi sono disuguali più di noi in questo indice, la Gran Bretagna e gli Stati Uniti, due Paesi molto diversi, non starò qui a ragionare su questo elemento, però questo indice così significativo, così espressivo nella sua desolazione, non è oggi sufficiente, non è l'indice di Gini, dovremmo avere un indice dei destini, sono i destini che sembrano separati e immutabili, è questo l'elemento distruttivo probabil-

mente che noi abbiamo, cioè non solo che le disuguaglianze esistono, ma che sono immutabili e sono visibili, non sono mai state visibili come oggi.

Qualcuno parla della disuguaglianza come un dato naturale, probabilmente la disuguaglianza, le differenze sono naturali, esistono in natura e hanno anche una funzione creativa, generano rapporti, generano relazioni, si può comunicare e si può cambiare solo se si è differenti, ma oggi le disuguaglianze sono immobili e visibili, mai sono state visibili come oggi. Tutto ha un sistema di narrazione nella nostra società, la pubblicità, lo spettacolo... che raccontano, espongono la disuguaglianza, la rendono sempre più

visibile e quindi sempre più inaccettabile o elemento di frustrazione e di sofferenza, appunto di rabbia. È sempre più immutabile, non ripeterò le formule sociologiche che conoscerete, che dicono che si è fermato l'ascensore sociale. I giornali di oggi, tra l'altro, parlano di questo, degli ultimi dati dell'OCSE che parlano proprio della disuguaglianza e della sua immobilità, non solo in Italia, ma in particolare in Paesi sguarniti da questo punto di vista.

Allora, se è così immobile, così immutabile, così esposta, quale buon uso si può fare di questa rabbia? Come è possibile uscire da questo elemento di silenzio, di rassegnazione, di ripiegamento oppure dall'elemento della rivolta individuale, compreso quello che spinge a commettere reati, o violare norme anche familiari?

Io penso che sia possibile se la rabbia esce da quello che è quasi automatico, prendiamo gli aggettivi con cui definiamo la rabbia, un possibile buon uso della rabbia sta nel fatto che la rabbia riesca a superare quella dimensione che la definisce sempre cieca, sorda e muta. Questi sono i tre aggettivi che in automatico si usano, la

rabbia è cieca, sorda e muta, cioè non vede non sente e non parla, questi sono gli aggettivi che più frequentemente un automatismo linguistico e mentale ci porta ad attribuire alla rabbia.

Ecco, allora il buon uso della rabbia parte dal fatto che la rabbia non sia più né cieca né sorda e muta, cioè che la rabbia sia capace di guardare, di ascoltare e di fare, di parlare, sia capace di guardare e quindi di sapere dove colpire, sia capace di ascoltare e quindi di saper cambiare, sia capace di parlare e quindi di agire. Questo trasforma la rabbia in quella cosa positiva o attiva che diceva Carmelo Musumeci prima, quando usava queste due parole chiarissime per parlare della rabbia a cui penso, una rabbia che sia capace di guardare, sia capace di comunicare quindi non sia più sola, perché la principale connotazione della rabbia oggi è il suo isolamento, la sua solitudine immaginata o reale, e non sia impotente, cioè sia capace di agire, ma per fare questo deve guardare, ascoltare e parlare la rabbia, non può più essere né sorda né cieca né muta. Ha due strumenti per fare questo e sono due parole, forse impegnative, anche le ultime che vi lascio e che vorrei con-

dividere con voi, sembrano due parole disuguali, una è la cultura e l'altra è la solidarietà. La cultura perché per me la cultura è soprattutto prendersi cura, conoscere se stessi e il mondo e quindi prendersi cura di se stessi e del mondo. Dunque la cultura è il principale strumento individuale che abbiamo, la conoscenza, l'esperienza, la condivisione, la curiosità, è il principale strumento che noi abbiamo per liberarci, per liberare la nostra persona, se non altro per sottrarci al potere altrui, per avere potere, la parola non mi piace, ma per avere potere su noi stessi, per essere padroni, parola ancora peggiore, di noi stessi. La parola più bella l'ha detta Don Milani quando ha detto "Sovrani di se stessi".

La cultura è qualcosa che liberandoci dalle inferiorità, dalle subalternità, dalle ignoranze, ci libera dal potere altrui, ci rende sovrani di se stessi. Naturalmente non penso solo alla cultura come un accumulo di conoscenza o di competenze, anche se quelle sono necessarie per non accettare solo le conoscenze e le competenze altrui.

La solidarietà è qualcosa di ancora più significativo, perché la solidarietà, non voglio parlare del senti-

mento generale che pure è molto importante, ma la solidarietà cioè quello che ci insegna a riconoscere qualcosa di comune nei nostri destini, è qualcosa in cui la rabbia distruttiva distrugge le distanze, cioè io non voglio eliminare la distruttività della rabbia, voglio che la rabbia distrugga qualcosa che oggi c'è, le distanze, le differenze e naturalmente le disuguaglianze soprattutto. La solidarietà è quello sforzo che nasce da una rabbia, che è capace di guardare, di ascoltare e di parlare, che ci insegna a riconoscere i tratti comuni che abbiamo, il cammino comune che possiamo fare, le rabbie che possiamo condividere. A queste condizioni io penso, e naturalmente vorrei ascoltare altre esperienze come quella di Carmelo Musumeci, a queste condizioni penso che la rabbia sia un sentimento che non va represso, è un sentimento che va colto in noi stessi e naturalmente negli altri, va espresso dentro una forma, io penso sia la mia interpretazione a quello che diceva Carmelo, cioè una rabbia positiva, una rabbia attiva, una rabbia che ci faccia riconoscere i nemici e ci faccia riconoscere gli amici, e diventi non un risentimento, ma un alleato nel cambiamento. 

Come vivere vite meno lacerate

Adolfo Ceretti: Un brevissimo commento perché mi sembra che queste parole si possano collegare molto bene ad alcune riflessioni che riguardano la città, ma a un livello più micro di quello che hai descritto tu, Marino. Riprendo alcune parole di uno studioso del calibro di Benedetto Saraceno, laddove annota: "la città chiama e attrae, la città nasconde, la città offre pieghe per sopravvivere, per nascondersi, per relazionarsi. Ma la città non promette né permette continuità spaziale, ossia vicinanze vere, comunità umane; le persone vi coabitano e semmai si aggregano sempre più in con-

tinuità gergali, in identità apparenti di etnie, accomunati dalle esclusioni e spesso dalle illegalità". In questi contesti, aggiungo io, nasce la percezione diffusa che ogni spazio urbano sia una zona di frontiera, già a partire dal proprio condominio, in cui tutti, potenzialmente, possono diventare nemici. L'angoscia si struttura attorno alla presa d'atto che i conflitti, anche i più banali, possano in pochi attimi scivolare verso dinamiche distruttive. È quello – cari amici – che è successo a Napoli qualche giorno addietro. In relazione a queste disuguaglianze, a questa sofferenza urbana

– diversa e tutt'altro rispetto alla patologia psichiatrica – è forse possibile ritrovare, sull'onda lunga proprio di quello che si diceva, un aggancio inedito alla parola welfare. Con grande orgoglio desidero, infatti, sottolineare che la politica milanese ha finalmente adottato uno sguardo inedito e, a mio giudizio, assai condivisibile su questi temi. In particolare, l'Assessorato alle Politiche sociali di Milano, del quale è titolare Pier Francesco Majorino, è capofila di un progetto denominato welfare di comunità che si propone di dare risposte concrete, con le sue azioni nei quartieri, nei condomini e nelle scuole, alle preoccupazioni sollevate anche dalle riflessioni di Benedetto Saraceno. Tutto ciò mi sembra molto incoraggiante. 

“La pazienza messa troppe volte alla prova diventa rabbia”

Perché non succeda che, come dice Shakespeare, “La pazienza messa troppe volte alla prova diventi rabbia”, affidiamo il compito di una riflessione profonda su questo tema a Gabriella Cara-

more, che in un tempo “inospitale per la pratica della pazienza” ha deciso di riscoprire questa virtù, a partire dal fatto che “quanto noi possiamo fare è creare un ambiente favorevole a questa cresci-

ta paziente, grazie alla cura che poniamo nelle cose in cui siamo impegnati e all’attenzione verso le creature che ci circondano. In questo modo si rovescia anche l’idea di pazienza come regno del privato, del piccolo sé. E grazie alla cura dell’altro si attribuisce a quel termine tutto il suo valore etico, civile, religioso. Ma anche politico, direi”. 

L’impazienza mi ha portato a stare in carcere più della metà della mia vita

di Sandro Calderoni
Ristretti Orizzonti

Io prima di parlare della pazienza vorrei cominciare a parlare dell’impazienza, cioè la mia impazienza che già da ragazzo avevo, perché anche l’idea di fumarsi le sigarette a 11 anni non era soltanto il modo per fumare una sigaretta, ma era l’atteggiamento per far vedere di essere più grandi. Quindi questo mio comportamento, questo mio modo di fare mi portava a bruciare le tappe, ad andare sempre oltre e a portare la mia vita al massimo. Ed essendo così superficiale, anche magari nel tentare di arrivare ad avere delle possibilità economiche migliori, il mio modo di ragionare era quello di prendere delle scorciatoie, di cercare comunque di non riflettere, non pensare e non avere pazienza ma correre sempre.

Questa impazienza mi ha portato a stare in carcere più della metà della mia vita, e non solo, anche il fatto che con la mia famiglia, questo mio modo di fare impaziente mi ha portato a crearmi delle situazioni, a farmi delle idee che magari non erano giuste, perché anche la mia idea della famiglia, e di mia figlia



era quella di farla stare bene a livello economico. Ma ultimamente mia figlia, quando siamo riusciti fortunatamente a parlarci, perché il carcere non ti dà questa possibilità di comunicare e di tirare fuori i sentimenti tuoi e dei famigliari, lei mi ha detto “Guarda che non avevo bisogno dei bei giocattoli o di altre cose, io avevo bisogno di avere un padre vicino”. Questo ti fa riflettere, ma questo passaggio qui, questa riflessione non è che mi è venuta così all’improvviso. Ha ragione Ornella quando dice che la pazienza va allenata, la pazienza è una cosa su cui ti devi allenare, perché è quella che in pratica ti cambia i tempi, i tempi che magari non sono indotti da altri, ma sono tempi che ti dai tu, quindi ti fermi, cominci ad ascoltare, ed è questo che mi ha permesso di riflettere, anche attraverso la redazione di Ristretti dove noi ogni giorno ci incontriamo per fare grandissime discussioni, fino alla noia possiamo dire, ma queste discussioni ci permettono di approfondire queste riflessioni.

Io penso che il fatto che ti fa riflet-

tere è proprio il modo paziente per andare in profondità nelle cose, per riuscire a non essere superficiale e a non vedere le cose solamente per quel che ci interessa. E questo avviene soprattutto con un progetto che facciamo noi qui a Ristretti con le scuole, dove noi con le nostre esperienze cerchiamo di raccontare ai ragazzi certi passaggi che possono portare a delle devianze o a delle trasgressioni fino a farci arrivare a veri e propri reati, ma raccontandoci, portando la nostra testimonianza noi riusciamo anche a farci un discorso interiore, e non solo. Con le domande che pongono i ragazzi riusciamo a riconoscerci reciprocamente, e a essere riconosciuti come persone, secondo me è quello l’importante e ci vuole un lavoro molto paziente per arrivare a questa consapevolezza. È questo che volevo dire sulla pazienza, non è semplice perché la pazienza può essere una pazienza anche subita, e sto parlando di quando si entra in carcere dove comunque, essendo annullato e non avendo nessuna possibilità di confrontarti con qualcuno, o hai pazienza o subisci la carcerazione con grande rabbia.

Ma si tratta di una pazienza “forzata”, di una pazienza subita, a differenza della pazienza che eserciti quando hai un confronto, che è anche la pazienza nel riuscire a trovare le parole giuste per parlare con le persone, nell’aver il giusto modo per esprimerti, è questo che secondo me rende la persona molto più riflessiva e paziente, a differenza di un tipo di carcerazione che non ti dà nessuna possibilità di questo tipo e anzi ti tende solo rabbioso. 

Quando ero al 41bis la mia ragione di vita era la rabbia

di Giovanni Donatiello
Ristretti Orizzonti

Mi chiamo Giovanni Donatiello, sono condannato alla pena dell'ergastolo, pena che il nostro Papa ha definito una "pena di morte nascosta", sono detenuto da 29 anni, la gran parte di questi anni li ho trascorsi nei circuiti cosiddetti speciali, quasi 26 anni, sempre in questo periodo sono stato anche sottoposto al 41bis, il carcere duro, per 8 anni dal '92 al 2000. L'applicazione del regime del 41bis sospende l'attività trattamentale ordinaria, ma ciò non significa che il detenuto deve essere spogliato dalla propria dignità personale. Questo invece accadeva sistematicamente e scientemente, quotidianamente eri sottoposto a delle regole così stringenti che non potevi che reagire male. Ti privavano anche della libertà di pensiero, perché c'erano dei momenti in cui si pretendeva che tu dovessi fare un certo movimento, un certo gesto, un certo comportamento, figuratevi poi quello che ha a che fare con la manifestazione del pensiero, non ci facevano parlare da cella a cella, ci impedivano di comunicare, ma l'aspetto più disumano di questo regime sono stati e sono i rapporti con i familiari. Erano limitati a un'ora di colloquio al mese, non c'erano telefonate, la posta era sottoposta a censura, per cui tu dovevi consegnare la posta aperta e la ricevevi aperta, i colloqui erano nella misura di un'ora al mese con un vetro divisorio. Nel momento in cui tu aspettavi il colloquio per rivede-

re la famiglia tutto diventava una sofferenza perché non potevi toccare, non potevi accarezzare i tuoi figli, tua moglie, i tuoi genitori, ma era ancora più crudele quando ti trovavi a fare il colloquio con i bambini sotto i 12 anni, perché non potevano essere abbracciati. Io ricordo l'esperienza di mia figlia che negli istituti dove c'era il citofono per comunicare, lei prendeva la cornetta e diventava logorroica, mi parlava per un'ora di continuo e quando andava a casa cadeva in un mutismo assoluto. Al colloquio successivo non riusciva a venire. Dopo 5/6 anni è stata emanata una circolare che prevedeva che negli ultimi 10 minuti di quell'ora, i minori sotto i 12 anni potevano stare con il padre senza la madre, venivano letteralmente strappati dalle braccia della madre e portati in una saletta appresso a quella dove si era svolto il primo colloquio. Io ricordo un particolare che è successo a Viterbo, mi portarono in una saletta di tre metri quadri



circa, sul lato sinistro c'era un vetro divisorio, dietro a questo vetro c'era una telecamera e l'agente riprendeva il colloquio. Mia figlia la prima volta rimase frastornata, non so cosa le passò per la mente, so solo che in quel momento mia figlia stava subendo una violenza gratuita, una bambina di 7/8 anni vedersi in quelle condizioni, posso solo dire che ha subito una violenza.

In quel periodo la mia ragione di vita era la rabbia, era una rabbia di pancia che era pronta ad esplo-

dere in ogni momento, e puntualmente esplodeva con delle rimozioni, con dei conflitti, e ne ho pagato le conseguenze perché mi sono stati tolti 22 semestri di liberazione anticipata, e poi sono stato sottoposto a diversi procedimenti penali. Di tutto questo la causa la vedevo nella tracotanza di questo sistema che non ti dava la possibilità del confronto, tu eri nullo, eri invisibile per loro, ogni cosa che chiedevi ti trovavi di fronte a un muro. Non mi sentivo trattato da persona, ma mi sentivo trattato da reato e basta.

Questo periodo è stato il momento più brutto della detenzione perché non potevo non reagire male. Affinché questo sentimento di rabbia si sedimentasse dopo la revoca del 41bis sono passati diversi anni, diversi anni perché dentro di me c'erano ancora delle ferite aperte. Riflettendo mi veniva in mente una cosa, non so se ricordate il film "Tempi moderni" di Charlie Chaplin, dove l'attore impersonava un operaio che lavorava in una catena di montaggio, là era lo stesso, tu facevi dei movimenti meccanici e avevi perso il controllo della mente, e dal momento in cui cercavi di ribellarti venivi inghiottito dal sistema. Io grosso modo sono riuscito a sfuggire a questo meccanismo.

Dopo che mi è stato revocato il 41bis, scatta un automatismo burocratico, cioè si viene assegnati alle sezioni di Alta Sicurezza 1, dove tuttora sono assegnato. A questo punto i primi tempi credi che magari teoricamente ti possono dare le opportunità di fare un percorso, di reinserirti, ma nulla, quando cominci a passare un po' di tempo in quelle sezioni capisci che sono sezioni stagne, non riesci a fare nulla, devi cercare di crearti spazi da solo. Io ho cercato di intraprendere un percorso di studi nei diversi carceri dove sono stato detenuto, e sono iscritto al secondo anno di scienze politiche, e solo arrivando a Padova ho potuto ripristinare questo per-

corso, prima interrotto tante volte. Padova diciamo che è l'eccezione che conferma la regola. Io faccio un esempio, quando andavo a dare gli esami a Sulmona, mi svegliavano alla mattina alle tre, mi mettevano le manette e viaggiamo per 9/10 ore su un furgone blindato, arrivavo a Pisa, sostenevo l'esame e ritornavo alla sera alle dieci, era inaccettabile, però dovevo farlo perché avevo intrapreso questo percorso e non volevo che finisse. Poi sono andato a Milano, e a Milano ci sono voluti due anni e mezzo per dirmi che dovevo iscrivermi alla sede dell'Università di Milano. Giunto a Padova invece già al colloquio d'ingresso hanno preso in considerazione la mia posizione, dopo una settimana mi chiama il primo professore, dopo 15 giorni il secondo professore, e vedendo questo, dopo un po' di tempo, mi sono arrabbiato e mi dicevo: "Ma io ho dovuto passare 15 anni per arrivare in un posto dove effettivamente si mette al centro la persona?". Io sono sempre stato in carceri dove a parte l'ora di passeggio e l'ora di saletta e un'ora di palestra alla settimana non c'era niente, se non te lo creavi tu lo spazio non riuscivi a vivere, dovevi sopravvivere, guardavi la televisione e basta. In questo istituto, a parte il trattamento e l'attenzione da parte dell'università che ci ha dotato di

tutor, di libri, le iscrizioni, ho intrapreso un percorso con la redazione di Ristretti Orizzonti. In un primo momento ho fatto parte del gruppo di discussione e adesso sono a pieno titolo parte integrante della redazione. Il momento più coinvolgente è l'incontro con gli studenti. Noi siamo sempre stati in circuiti dove abbiamo visto solo gli agenti. Incontrare gente da fuori, anche guardare i loro occhi, l'emozione è grande. Io ogni volta che esco da questi incontri esco sempre ridimensionato e arricchito, arricchito di quell'umanità che questi ragazzi trasmettono, anche se alle volte sono pure duri nei nostri confronti.

C'è stato un episodio ultimamente in questi incontri, una ragazza, dopo che i nostri compagni avevano raccontato la loro storia, ha incominciato a fare delle domande molto dure e molto precise a uno di noi sulla pena e sulla quantità della pena. Io vedevo questa ragazza molto decisa, molto convinta e sicura. Alla fine dell'incontro, quando c'erano state altre domande sulle condizioni delle carceri, su come si vive, sulla qualità della pena, questa ragazza non riusciva a trattenere le lacrime. Era di fronte a me e io non riuscivo a incrociare il suo sguardo, perché era per me una emozione troppo forte. Poi mi sono fatto coraggio

e le ho fatto un gesto per dirle di non piangere, e lei come risposta ha alzato le spalle dicendo "che ci posso fare?". Alla fine è scesa dalle scale e mi è venuta incontro e mi ha abbracciato. Io non ho capito più niente, ho cercato di ripensare all'incontro, ho cercato di ripercorrere i momenti, ma non ce l'ho fatta, ricordo solo che quella ragazza mi ha detto "Io ero arrabbiata, ero molto arrabbiata, però poi ho capito". L'ho invitata a scrivere alla redazione. Quelle parole mi hanno fatto capire la rabbia dell'altro, la rabbia che può provare verso di noi, e di questo sentimento farò comunque tesoro.

Concludo dicendo che credo che dopo queste esperienze, questo percorso, io abbia il diritto di scontare una pena in un circuito di media sicurezza, dove effettivamente si hanno tante opportunità, diversamente da tutti gli altri carceri, per cercare di ricostruire una vita che fino ad ora non ho vissuto. Ho imparato a ricostruire pazientemente, come suggerisce Ornella alla quale va tutto il mio ringraziamento per questo incontro, per questa giornata, e lo faccio a nome di tutti i miei compagni dell'AS1 perché Ornella si spende per noi, si spende per il detenuto, spende la sua vita per noi, non so se lo meritiamo, però un grande applauso le va fatto. Grazie. 

Gabriella Caramore e l'idea della pazienza come qualità della relazione tra gli esseri umani, a cui si potrà dare il nome di «cura»

di Adolfo Ceretti

1905. Il famoso sociologo Georg Simmel, in uno dei suoi saggi più celebri, quello dedicato alla moda, il più mutevole e instabile degli oggetti, qualifica l'epoca moderna come l'età dell'impazienza. "Il nostro ritmo interno richiede periodi sempre più brevi

nel cambiamento delle impressioni. Il caratteristico ritmo 'impaziente' della vita moderna significa non soltanto il desiderio di un rapido cambiamento dei contenuti qualitativi della vita, ma anche la potenza del fascino formale del confine, dell'inizio e della fine, del venire e dell'andare". L'impazienza sarebbe dunque un risultato dell'impossibilità di sostare, di mettere dimora presso le cose, di trovare in esse quiete e riposo e senso.

Scriva Gabriella Caramore: "Forse sarà possibile scoprire che la pazienza, sparita dall'orizzonte contemporaneo come qualità del tempo, la si potrà trovare, trasformata, in una qualità della relazio-

ne tra gli esseri umani, a cui si potrà dare il nome di 'cura'".

Gabriella Caramore collabora con articoli, saggi e interventi a varie testate culturali su temi di confine nell'esperienza religiosa. Dal 1993 cura il programma di RAI Radio 3 **Uomini e Profeti**, dedicato ai temi dell'attualità religiosa e all'approfondimento dei testi e delle figure delle grandi tradizioni religiose. Dirige per la casa editrice bresciana Morcelliana la collana Uomini e Profeti, che ripropone alcuni dei colloqui avuti nella trasmissione omonima su tematiche letterarie, filosofiche, bibliche e spirituali

È autrice, tra l'altro, del saggio "Pazienza", il Mulino, 2014. 

La pazienza come strumento di trasformazione

Non intesa quindi come una passiva sopportazione della propria condizione, ma come una presa di coscienza dei limiti e delle possibilità della propria vita

di **Gabriella Caramore***



I due interventi che mi hanno preceduto, quello di Sandro e quello di Giovanni, ci riportano a due modalità diverse di riflettere sulla rabbia. La prima è un ragionamento sulla rabbia che ha portato Sandro a compiere gesti e atti contro il mondo; la seconda sulla rabbia maturata nel sentirsi oggetto di una coercizione, di sorpresi che Giovanni non riusciva a sopportare.

In entrambi i casi c'è stato un processo di elaborazione, in cui però la pazienza deve essere considerata non un fine, come se si dovesse arrivare a una sopportazione sottomessa della propria condizione, ma uno strumento di trasformazione: una presa di coscienza dei limiti e delle possibilità della propria vita.

Voglio portarvi un esempio.

Un mio amico, Luca Santiago Mora, tiene ormai da molti anni, prima a Reggio Emilia soltanto, ora anche a Bergamo un "atelier dell'errore": Prova, con risultati sorprendenti, a mettere i ragazzini e le ragazzine che gli sono affidati, di fronte alle loro difficoltà, per elaborarle, non per subirle o negarle. Nel laboratorio dell'errore si disegna. Anche chi ritiene di non essere capace disegna. Perché tutti sono capaci di elaborare un mondo. Ne escono risultati straordinari. Nei disegni dei ragazzini i protagonisti sono tutti animali. Tutti gli animali, dai nomi

fantastici, inventati, come il "tarsus bancanus", il "fruliosgos", il "tricheco incantatore" l'"uccello mitragliatore", la "antilope quadricorne dagli zoccoli strani", ecc., sono per lo più di grandi dimensioni, hanno artigli sproporzionati, peli adunchi, striature di sangue, bocche spalancate, dentature affilate. Sono gli animali "che non sono riusciti a entrare nell'arca". Sono rimasti fuori. Rimasti fuori dalla vita, è evidente, rimasti fuori dalla "normalità". Hanno terra bruciata intorno. Sono tutti esseri solitari senza relazione l'uno con l'altro, la cui unica arma è una aggressività fuori misura. Ora l'Atelier parteciperà a Expo 2015 con una mostra dal tema specifico: "Uomini come cibo", invece che "Cibo per gli uomini". I soggetti della mostra sono "implacabili creature tutto fauci e zanne, che per timidezza, come dicono i miei ragazzini, o legittima difesa, a giustificare la terribilità dell'impatto visivo, diventano eroi buoni capaci di giustizia" (Luca Santiago Mora).

C'è una rabbia primaria, originaria, che questi disegni esprimono. Una rabbia capace di qualunque cosa. Una rabbia che viene dalla solitudine, dal limite, dall'incapacità di elaborare, da una sofferenza cieca, che può trovare esito solo nella distruzione: che sia di sé o dell'altro poco importa dal punto di vista della potenza della rabbia. Nella rabbia non c'è freno, non c'è spazio per il pensiero della giustizia, non c'è ospitalità per le ragioni dell'altro. C'è furia cieca, che travolge, che annienta. E nell'annientare l'altro spesso il soggetto annienta anche se stesso. Non è questa la rabbia che porta al reato? Si può

essere travolti da un furore di possedere, da un delirio di strapotere, da una arroganza sorda, da un rancore cieco, talvolta dall'ossessione di un desiderio male orientato, ma sempre da sentimenti covati nella solitudine di se stessi o del gruppo. O dal sentirsi i soli non riconosciuti dal contesto sociale. I soli a patire. I soli a non avere successo. Non c'è, nel processo rabbioso, la visione di un volto che chiami a responsabilità. Non c'è l'ascolto di una voce che possa esprimere, a sua volta, la propria solitudine e il proprio rancore.

È possibile uscire dalla fortezza della rabbia, dal cerchio chiuso del risentimento e della brama di colpire? Naturalmente sì, è possibile. Ma attraverso molti e faticosi passaggi. Perché non è un caso che si usi la stessa parola, "rabbia", per indicare il sentimento umano di una incontrollata passione e la malattia che può colpire alcuni animali. Non so quale dei due significati abbia contagiato l'altro. Ma la rabbia, quando non esce da se stessa, quando non si trasforma, è malattia, è regressione a uno stato di ingovernabilità delle passioni, a una irragionevolezza radicale, che non vuole sentire e non vuole vedere. Un morbo.

Forse il primo passaggio – purché non si pensi a un ordine cronologico, bensì logico – è quello della trasformazione della rabbia in "ira" o "collera". Anche l'ira è distruttiva. Ma nell'ira, che pure tradizionalmente è considerata uno dei sette vizi capitali, vi è una sorta di nobilitazione, per così dire, della rabbia. Vi è una collera "maledetta", quella di chi è preda delle passioni, e vi è una "santa" collera. Quella che

* dal 1993 cura il programma di RAI Radio 3 Uomini e Profeti, dedicato ai temi dell'attualità religiosa e all'approfondimento dei testi e delle figure delle grandi tradizioni religiose. È autrice del saggio "Pazienza"

nasce dall'indignazione rispetto all'ingiustizia, quella che nasce dalla rivendicazione di un diritto, per sé o per altri, dall'esigenza di proteggere chi è vittima. Non una vendetta cieca, dunque, ma una azione, anche dura, che però abbia in vista il bene di qualcuno. Tanto che, ad esempio, nella Bibbia, si parla dell' "ira" di Dio. Non della "rabbia" di Dio. L'ira di Dio, talvolta tremenda, ha per obiettivo quello di trasformare i cuori di pietra in cuori di carne, e per scopo la possibilità di esprimere misericordia. Ma la misericordia, senza giustizia, non avrebbe senso. Così come la giustizia, senza misericordia, sarebbe soltanto punizione, vendetta. Invece dentro il movimento dell'ira di Dio è implicito un percorso di trasformazione.

In questo percorso può essere preziosa la pazienza. Non intesa come una passiva sopportazione del proprio destino. Ma, al contrario, come presa di coscienza della responsabilità propria e degli altri, come processo di trasformazione della propria vita, e del proprio essere in relazione agli altri.

Certo, non ogni trasformazione è possibile in una vita. Ci sono responsabilità che portano a situazioni ferme, stagnanti. Un carcere è un carcere. Una condanna è una condanna. Però sempre, io credo, è possibile agire una forma di trasformazione, a partire in primo luogo da noi stessi. E dalle relazioni che riusciamo a tessere con gli altri.

Pazienza. Viene da una parola greca: *pathos*, che significa sofferenza e insieme passione. Di entrambe si è preda. Si soggiace, si viene dominati dalla sofferenza e dalla passione. Ma non sono prigionieri. Né la sofferenza né la passione. Attraverso il dolore, la conoscenza. Che cosa vuol dire? non che per conoscere è necessario cercare il patimento. Ma che quando accade di essere nella sofferenza, bisogna farne occasione per acquisire consapevolezza, per trasformarsi. Così come quando si è preda della passione occorre farne occasione per prestare attenzione all'altro, all'oggetto della nostra passione senza travolgerlo, senza demolirlo.

Forse nel nome di *cura* sta la possibilità di aprire, oggi, un nuovo fronte della pazienza. Anche nell'età della fretta, della accelerazione, dell'indistinzione. *Aver cura* può essere il modo di spostare il conflitto tra pazienza e impazienza da una dimensione temporale a un piano di qualità *morale* – intendendo con ciò una dinamica della relazione tra gli esseri –, di un esercizio di umanità che trova il suo orizzonte e il suo limite nell'altro, che, come noi, è vivente: nella limitazione e nella gloria, nel desiderio e nella speranza.

Aver cura del vivente richiede una sapienza del tempo. Lunghi istanti dedicati, attenzione, fatica, e uno scioglimento dell'ansia che, corrosiva quanto l'inerzia, brucia nell'arroganza dell'istante ogni possibilità di sviluppo, strangola ogni speranza, dilata l'incertezza e il dolore. *Aver cura* del vivente richiede pazienza, certo. Ma con sterzate dinamiche verso una assunzione di responsabilità nei confronti dell'altro che ci è stato affidato, di quello che incontriamo lungo la nostra strada di ogni giorno, o verso il quale ci sentiamo in dovere di essere "custodi". Alla domanda di Caino "Sono forse io il custode di mio fratello?", risuona come una risposta che ci impegna verso il nostro prossimo la parola dell'apostolo Paolo: "Portate i pesi gli uni degli altri" (Gal 6,2). Sì, siamo "custodi": non, è evidente, nel segno di una tutela chiusa, ma nel senso di un essere tesi – protesi – verso l'altro che ci viene incontro, che necessita di sollievo, o di accoglienza, che ci ostacola anche, eventualmente, in vista di uno spostamento d'asse verso l'essere che ci sta di fronte. Come se da lui dipendesse il giudizio sulla nostra vita, e da noi la sua salvezza su questa terra.

La pazienza non è allora soltanto una questione di attesa, anche attiva, che qualcosa si compia, ma una tensione di volta in volta diversamente elaborata per mantenere in vita ciò che si può spegnere, custodire ciò che si può infrangere, ricomporre ciò che è ferito, ridare respiro di dignità e libertà a ciò che vediamo pericolosamente in bilico sul ciglio del mondo.

Emmanuel Levinas ha compreso in profondità quanto l'elemento "tempo" possa celare una valenza morale, e quanto la pazienza, ben lontana dall'essere una tonalità dell'inerzia, possa invece trasmettere in una via dinamica di *compassione*.

Così Levinas scrive in uno dei saggi raccolti in *Difficile libertà*: "Il mondo moderno ha dimenticato le virtù della pazienza. L'azione rapida ed efficace che travolge tutto ha sbiadito l'oscuro barbaglio della capacità di attendere e patire. Ma il dispiegamento glorioso di energia è mortifero. Bisogna richiamare le virtù della pazienza non per predicare la rassegnazione contro lo spirito rivoluzionario, ma per far sentire il legame essenziale che unisce la vera rivoluzione allo spirito di pazienza. Essa infatti promana da una grande pietà. La mano che impugna l'arma deve patire la violenza di un simile gesto. L'anestesia di un simile dolore conduce il rivoluzionario alle frontiere del fascismo".

Ecco dunque la pazienza provenire da una "grande pietà" ed essere trasformata in *responsabilità*. "Nell'attuale crisi morale – scrive ancora in un saggio di pochi anni più tardi, contenuto nella raccolta *Dio, la morte e il tempo* – ciò che resta è solo la responsabilità per altri, responsabilità senza misura, che non somiglia a un debito: nei confronti dell'altro, infatti, non si è mai sdebitati". E poco più oltre, ancora sulla pazienza, aggiunge che la differenza tra l'attesa e la pazienza è che l'attesa finisce, quando si palesa il suo oggetto, mentre la pazienza "attende senza attendere".

Questo è forse il lavoro che si dovrebbe compiere tra le mura di un carcere: non il "castigo" fine a se stesso, ma un tempo di elaborazione dei sentimenti che hanno portato a ferire, a lacerare il tessuto della società, a togliere l'esistenza stessa ad altri esseri umani, perché si possano trasformare in responsabilità dei propri gesti, e nella consapevolezza che un essere umano è tale solo se vive in comunità con altri, cooperando per il bene della comune umanità. 

Tutte le famiglie felici si assomigliano fra loro, OGNI FAMIGLIA INFELICE È INFELICE A MODO SUO

“Secondo gli psichiatri un italiano su tre in un anno può avere, ha, un problema di salute mentale. A volte sono delle questioni leggere, che ci attraversano la vita ma ci lasciano nella nostra vita, altre volte sono delle questioni più pesanti, dei disturbi più severi, che ci strangolano la vita e la mettono in difficoltà”. A parlare è Massimo Cirri, che si occupa di radio e salute mentale, due professioni che gli hanno insegnato l’uso della parola e l’uso dell’ascolto, dell’ascolto di ogni sofferenza, a partire da quella straordinaria definizione di Tolstoj, per cui “Tutte le famiglie felici si assomigliano fra loro, ogni famiglia infelice è infelice a modo suo”. E di imparare ad “ascoltare” e a raccontare la rabbia e la sofferenza degli altri, e anche la propria c’è un grande bisogno, perché “qualunque meccanismo che aumenta le possibilità di comunicazione salva la vita alle persone”.

Scrivo lettere su lettere imprimendo sui fogli la mia rabbia

di **Andrea Zambonini** – Ristretti Orizzonti

Ciao a tutti, mi chiamo Andrea, sono un detenuto che frequenta la redazione di Ristretti Orizzonti da circa tre anni, vorrei parlarvi degli effetti di un mancato ascolto. Io quando ero in libertà, in giovane età, appena maggiorenne ero già stato quattro volte in carcere, mi sentivo un reietto un fallito uno scarto della società e anche uno scarto del carcere, sentivo che nessuno mi ascoltava, e tutto questo mi portava ad usare grosse quantità di cocaina. Nel tempo sono arrivato a un sempre più forte abuso di cocaina proprio per rafforzare la mia innata timidezza, una timidezza per cui è la prima volta che parlo davanti a tanta gente e mi viene difficile. Ecco però quando ero fuori non avevo paura di entrare in banca a fare le rapine, invece adesso sono qui che tremo come un bambino. Parliamo di rabbia in carcere. Questa carcerazione parte dal 2008. Io avevo la grossa difficoltà, e ce l’ho tuttora, ad assimilare grandi quantità di rabbia e quella rabbia poi la indirizzavo in direzioni sbagliate come facevo quando ero

fuori. Fuori la rabbia la portavo in banca scambiandola col denaro per comprarmi la cocaina, per vestire bene e per divertirmi, per riscattarmi diciamo verso quella società che mi aveva emarginato. In carcere avevo il brutto vizio di non tenermi mai niente dentro,



di litigare spesso, litigavo con i medici, con gli educatori dai quali non mi sentivo ascoltato, non mi sentivo capito e a volte mi sentivo anche preso in giro. Ecco poi c’è stato anche un periodo nel quale ho fatto tante risse e ho espresso così la mia rabbia verso le istituzioni, sì anche verso le istituzioni. Io mi eccitavo spaccando tutto,

facendo dei danni facendo delle risse con altri detenuti, spesso litigando anche con le guardie. L’unica cosa di buono che ho ottenuto in tutti questi anni è solo quello che mi sta dando la redazione di Ristretti Orizzonti, cioè la possibilità di capire almeno il perché sono incazzato. Se mi chiedete se sono ancora incazzato vi dico di sì, però la mia rabbia si è affievolita da quando mi viene data la possibilità di capire il perché.

Ricordo un periodo nel quale partecipavo ai gruppi della redazione però non parlavo mai, non intervenivo mai, un po’ per timidezza, un po’ per riservatezza, poi col passare del tempo, circa un anno fa, decisi di cercare di incanalare quella rabbia repressa in direzioni diverse, magari più positive, però mi veniva difficile perché, si sa, in carcere bisogna sempre un po’ tenersi tutto dentro e allora trovavo parecchie difficoltà. Un po’ mi aiutava la redazione perché mi sfogavo, cominciavo a parlare di più, a dare il mio contributo, a esprimere il mio pensiero. Ho

adottato diversi metodi, uno era quello di scrivere tante lettere, lettere su lettere, a volte anche di notte imprimendo sui fogli la mia rabbia, quella rabbia che si faceva inchiostro e poi la spedivo continuamente, per mandare via la collera, mandare via quel malessere interiore, e un po’ mi è servito e mi sta servendo tuttora.

Tutte le mattine al Centro di salute mentale: lì di rabbia credo che Massimo Cirri ne abbia incontrata tanta

di Adolfo Ceretti

Invito ora a parlare Massimo Cirri, uno degli uomini che più temo al mondo per la sua velocità di pensiero e i suoi acutissimi motti di spirito.

A Sarzana, nel 2013, al Festival della Mente abbiamo performato assieme, e Massimo mi ha fatto passare due ore di autentica passione.

Io ho presentato un suo libro e lui uno mio. Dopo quell'esperienza sarò tranquillo solo quando avrà definitivamente lasciato questo convegno. Scherzi a parte, Massimo è un amico da tanti anni e, pur dividendo le sue giornate in tre luoghi diversi, non è un dissociato mentale: Cirri lavora in qualità di psicologo nei servizi pubblici di salute mentale la mattina – adesso con meno assiduità di una vol-

ta; è conduttore radiofonico di Caterpillar, assieme all'ottima Sara Zambotti, su Radio 2 nel corso del pomeriggio; la sera spesso è impegnato a scrivere testi teatrali. Soprattutto per Lella Costa. Ha pubblicato vari libri, tra i quali voglio qui ricordare "A colloquio. Tutte le mattine al Centro di salute mentale" (2011) – e lì di rabbia credo che ne sia arrivata tanta, e poi "Il tempo senza lavoro" (2013).¹

Le rabbie private finiscono spesso qui dentro, in carcere, o in altre gabbie più personali: malattie del corpo e dell'anima, disperazioni lunghe macerate in famiglia, rapporti tenuti insieme dal piacere cattivo di urticarsi



di Massimo Cirri*

Grazie dell'invito. È difficile dire qualcosa dopo le parole di chi mi ha preceduto. Andrea ci ha raccontato di sé in prima persona: una narrazione frutto di una riflessione, immagino dolorosa, che ha prodotto considerazioni molto dense, talmente personali e allo stesso tempo talmente universali che pare irrispettoso fare quello che avrei dovuto fare io: costruire una piccola rifles-

sione teorica, a partire dalla psicologia, sulla rabbia. Ma di fronte alla riflessione concreta di Andrea qualsiasi teoria rischia di apparire nella sua violenta debolezza. Le psicologie sono costruzioni teoriche - possiamo definirle contenitori? - nelle quali noi cerchiamo di mettere dentro la complessità delle vite delle persone. Va detto, se siamo onesti, che a volte i contenitori si adeguano bene al contenuto e le teorie riescono in qualche modo a fare il loro lavoro. L'acqua si può imbottigliare, il vino anche, un bosco in bottiglia è più difficile da immaginare. Ma la vita delle persone, la nostra vita, è a volte un cammino nel bosco, dove si rischia di perdere il sentiero e si fatica a ritrovarlo. Quindi parlo di rabbia, di rabbie, prendendola un po' larga. Cerco di dire qualcosa attraverso una storia, le storie sono straordi-

**LE RABBIE COLLETTIVE,
se sono innervate
anche dal sentimento
della speranza,
sono quelle che
MUTANO L'ESISTENTE**

nari contenitori delle cose che noi umani abbiamo in comune, che ho sentito per caso. L'ho sentita un po' di tempo fa alla radio, mi è tornata in mente e sono tornato a sentirla. Così ho provato un sentimento di rabbia – rabbia sopportabile ma sempre rabbia - perché è veramente una bella storia ma l'ha mandata in onda Radio3. Io lavoro per Radio2 e questo mi ha un po' irritato. È la storia di sei persone che sono ristrette nel vecchio carcere di Sassari. Adesso non c'è più, è stato chiuso da poco e tutte le persone detenute e gli agenti e gli educatori e i volontari si sono

* da anni divide le giornate in tre: psicologo nei servizi pubblici di salute mentale al mattino; conduttore radiofonico a Radio2 Rai con Caterpillar al pomeriggio. La sera, spesso, è impegnato come autore teatrale. Ha pubblicato, tra l'altro, "A colloquio. Tutte le mattine al Centro di salute mentale" e "Il tempo senza lavoro"

trasferiti in quello nuovo. Non so come sia il nuovo carcere di Sassari e mi viene anche l'interrogativo - verosimilmente stupido - se ci sia un sentimento particolare che hanno provato le persone detenute quando ci sono arrivate. Di fronte all'essere i primi che mettono piede in un carcere tutto nuovo. Perché è nuovo. Perché siamo abituati a pensare al carcere come una struttura vecchia, con le mura - la sua essenza restrittiva, credo - permeate dagli umori e le rabbie di tutti quelli che ci sono stati dentro negli anni. E graffiate, le mura, dai ricordi e dall'usura. E invece, entrando per primi in un carcere appena inaugurato, che sentimento viene: una rabbia speciale? Una curiosità? Un orgoglio senza senso com'è sicuramente questo interrogativo che m'è venuto fuori?

Ma torniamo al carcere di Sassari, quello vecchio. Che è un posto molto molto brutto. Un luogo antico, degradato, ammuffito, putrido. Che si sta sbriciolando per gli anni e i cedimenti. Le sei persone detenute escono di cella, si mettono in fila e scendono dei gradini. Vanno ancora più in basso, vanno nei sotterranei del vecchio am-

muffito e putrido carcere di Sassari. Perché devono fare un lavoro. Hanno frequentato un corso per imparare un mestiere, l'archivista, e un mestiere dovrebbe aiutarti a risalire un po' i gradini della vita. Per stare meglio. Loro no. Loro, per fare il mestiere che hanno imparato, scendono dei gradini e vanno nel piano ancora più umido, più marcio nel carcere già umido di Sassari. In basso, su un corridoio, si affacciano dieci celle. Sono talmente mal messe che dentro non ci possono stare rinchiusi degli uomini, anche se sappiamo che gli uomini, come i topi, si adattano a tutto e che gli uomini sono stati rinchiusi in posti schifosi di ogni tipo. In queste dieci celle dove umanamente non possono stare degli uomini hanno rinchiuso le loro storie. Le ex celle sono un archivio incasinato pieno di carte, faldoni, documenti. Una quantità enorme di documenti. Lì è stato stipato l'archivio di un altro carcere, la colonia penale di Tramariglio, che era vicino ad Alghero e stava in un posto molto bello. Ha funzionato dal 1940 al 1962. Poi è stata chiusa.

Adesso la sua memoria è qui, in

queste dieci celle piene di carte. Sapremo poi che sono 5.000 fascicoli personali, i riassunti burocratici di 5.000 vite, più di 20.000 pagine sparse che raccontano altre vite di carcere, vite sparse. Adesso tutto questo, lo racconta bene il programma di Radio3, appare come una montagna di carta. Una catena montuosa di dieci stanzette di carta. Carte tutte disordinate, ammassate, ammuffite, mischiate. C'è sporcizia, c'è degrado, ci sono escrementi di topo perché i topi stanno anche dove gli uomini non stanno e rosicchiano, corrodono e cagano. I topi fanno il loro lavoro.

Cominciano a farlo, il loro lavoro, anche le sei persone detenute che hanno studiato da archivista. Cominciano a scavare negli ammassi di fascicoli. Nei fascicoli ci sono le carte processuali, c'è la vita dentro la colonia penale, ci sono le domandine, c'è tutta la dinamica statica del carcere. Ci sono i dati anagrafici, l'elenco dei carceri che le persone hanno attraversato. Ci sono le foto segnaletiche e così gli archivisti possono guardare in faccia quelli di cui stanno cercando di rimettere in ordine, non le vite - questo non è possibile - ma almeno le carte che ne fanno memoria. Quello dei sei archivisti è un lavoro lungo. Dura anni. Non ci sono strumenti tecnologici con cui farlo: bisogna semplicemente prendere un foglio, asciugarlo se è bagnato, togliere la cacca di topo se il topo l'ha visitato, leggerlo, metterlo da parte, prenderne un altro, un altro ancora e cercare indizi per capire da quale fascicolo è uscito. Quale pezzo di storia può raccontare se si ha la capacità di metterlo in relazione con qualcos'altro. Dicono i sei che il loro principale strumento di lavoro è un atteggiamento, una predisposizione d'animo, un sentimento: "Eravamo armati di pazienza". Armati solo di pazienza e di qualche paio di guanti i sei di Sassari compiono una grande opera: restituiscono a tutti noi la memoria collettiva della colonia penale di Tramariglio. Questa è una storia che finisce bene, perché poi le sei persone detenute vanno a lavorare per un po' di tempo a Tramar-



glio, per allestire anche lì un punto di memoria. Dove c'era una antica colonia penale adesso c'è un parco naturale. È proprio un bel posto e lavorarci, dicono, è un piacere. Così alla soddisfazione di fare un lavoro socialmente utile, eticamente utile, si aggiunge quella di farlo anche in un bel posto.

Ad un certo punto del racconto di Radio3, qui c'è la connessione che mi ha molto colpito e che cerco di raccontarvi, una delle persone detenute che hanno fatto tutto questo lungo lavoro di ricucitura paziente fa un sospiro e dice: "Questo luogo è stato un luogo di grande sofferenza". Lo dice con una grande emozione nella voce e non si capisce più se sta parlando del carcere di Sassari, della colonia penale di Tramariglio, della vita di tutti noi o - forse - di Radio3. Poi continua dicendo che "ogni documento, ogni fascicolo che leggo mi fa anche, a volte, molto arrabbiare. Dopo averlo aperto lo chiudo e sto alcuni secondi pensando". Sto alcuni secondi pensando: per smaltire la rabbia. Bisogna riflettere per uscire dalla rabbia. E questa è una rabbia che viene su da vecchie carte su vite degli altri. Figurarsi che fatica costa affrontare la propria, quella che ti attraversa la carne direttamente. "Quattro giorni fa - prosegue la voce della persona detenuta - ho aperto un fascicolo, ma l'ho chiuso subito, mi aveva fatto molto arrabbiare". Perché nel fascicolo c'è la lettera che il figlio di un detenuto scrive al detenuto di cui il detenuto legge, per noi su Radio3, il fascicolo. E poi c'è un'altra lettera. Il figlio, sempre lui, dice al padre detenuto: "Mamma sta molto male, facci avere notizie di te". È una lettera piena di preoccupazioni e angosce e la persona detenuta, quella che ce la racconta, spiega: "Se la lettera è qui, in questo fascicolo, vuol dire che non gliela hanno consegnata, che è stata censurata. Ma perché non gliel'hanno consegnata? Perché questa ingiustizia? Perché mi devo arrabbiare io 40 anni dopo a leggere questa storia?" Si arrabbia talmente tanto che deve di nuovo mettere giù le carte, così ai 40

anni si aggiunge ancora un pugno di tempo: "Dopo qualche giorno riprendo coraggio e apro il fascicolo e trovo che c'è un'altra lettera del figlio che dice 'Ma perché non ci rispondi? Che cosa è successo? Mamma ogni giorno parla di te, mamma ha un brutto male, perché non rispondi?'".

Nella registrazione di Radio3 adesso il detenuto, quello che dà la voce alla rabbia di un altro detenuto, alza la voce e dice "Cazzo, ma non gli hanno dato neanche quella lettera". Allora "Il fascicolo l'ho messo via perché mi stava facendo molto molto arrabbiare". Però poi quella persona detenuta, insieme alle altre cinque, ha ripreso in mano quel fascicolo, ha rimesso mano a quella storia. Ha continuato a fare bene il suo lavoro di archivista: che è quello di fare ordine, mettere in fila, mettere insieme, rendere leggibile, fare chiarezza.

Allora a me è venuto da pensare a quanta pazienza ci vuole, quanta rabbia bisogna attraversare per mettere in ordine i fascicoli della propria vita e le cose che ci sono dentro. Quanto bisogna mettere le mani nella merda che ha sporcato la nostra vita, nella merda con la quale abbiamo sporcato la nostra propria unica vita. E a quanto questo vada fatto. In qualsiasi modo, prima o poi. E di che strumenti abbiamo a disposizione, come esseri umani, per farlo. Di sicuro il filo della pazienza, per ricucire, aspettando il momento buono e lasciando perdere quando invece il compito è troppo. Troppo fatica, troppo vergogna, troppe cazzate. Allora si smette, poi si ricomincia. Poi la volontà, la capacità di mettere in ordine tasselli molto sparsi, molto sporchi, molto ammuffiti e molto degradati delle nostre vite. Poi il tempo, che è una grande risorsa. E in carcere, non suoni irrispettoso, non vuole esserlo, di tempo ce n'è molto.

Io credo che possa essere un mix, tutto da inventare, di strumenti personali, voglia, ma la voglia ti viene dopo che la rabbia si è un po' abbassata, capacità, ma la capacità ti viene se la vedi in qualcun altro, intelligenza personale, ma

credo anche intelligenza collettiva.

Quindi una riflessione, banale, sulla rabbia. La rabbia è tante cose: la rabbia è compressione, tutti noi abbiamo dentro il sospetto che se ci arrabbiamo troppo poco quando invece bisognerebbe farlo, se comprimiamo la rabbia, questa verrà fuori da qualche parte. Nel corpo: ci verrà un tumore. Invece, all'opposto, pensiamo che se ci arrabbiamo troppo, la rabbia come dilatazione, ci verrà un infarto, un ictus. E come tenere insieme tutto questo e dove ci porta tutto questo? Questo non lo so. Occorre cultura e conoscenza del mondo. Io ne ho poca, ma Google fa delle cose meravigliose, e ho trovato una frase di Aristotele che dice: "Arrabbiarsi è facile, ne sono capaci tutti, ma non è assolutamente facile e soprattutto non è da tutti arrabbiarsi con la persona giusta nella misura giusta, nel modo giusto, nel momento giusto e per la causa giusta". Metto insieme Aristotele, saggezza alla base della cultura europea, con Umberto Galimberti, uomo del presente, verso il quale ho molta personale gratitudine. Scrive Galimberti che "oggi abbiamo solo rabbie private e c'è solo un'esile traccia delle rabbie collettive". Io credo che gli esiti drammatici di molte rabbie private siano qui, nel circuito penitenziario; credo che abbiamo tutti, ognuno dalla propria posizione, l'obbligo di interrogarci su che cosa possiamo fare di queste rabbie private. Le teniamo compresse, ognuno a cercare lo sfogo per sé? Le trasformiamo in qualcos'altro? Le cuciamo insieme - e come? - in un tessuto sociale che tenga dentro il più possibile le storie diverse delle persone. E un altro interrogativo, un'altra questione, l'ultima: come riuscire a costruire rabbie collettive, a raccontarle, rappresentarle, farle diventare un progetto un po' condiviso? Perché è sicuro: le rabbie private finiscono qua dentro, le rabbie collettive invece, quando sono innervate anche dal sentimento della speranza, lo ha appena detto Marino Sinibaldi, sono quelle che scuotono l'esistente. 

“OGNUNO COSTRUISCE IL SUO SISTEMA DI PICCOLI RANCORI IRRAZIONALI”

È una canzone di Francesco Guccini che parla dei piccoli rancori che ci portiamo dietro tutti, il rancore è un sentimento che può avvelenare la quotidianità di ogni individuo, ma, come scrive Stefano Tomelleri, che si dedica da anni allo studio del rancore, può anche mettere l'intera società in pericolo perché *“nella modernità l'uomo rischia di rimanere disarmato di fronte alla sua stessa violenza, all'odio reciproco e al risentimento”*. Ecco allora che è importante *“allestire un cantiere di riflessioni che fornisca le linee direttrici fondamentali per una rinuncia alla logica del risentimento”*, e dal carcere lo si può fare con maggior forza, perché in carcere ci finiscono persone per le quali proprio il rancore è stato il motore di tanti reati, e da lì è importante ripartire..

Non mi sono fermato neppure di fronte al dolore più forte che può colpire un uomo

di **Lorenzo Sciacca** – Ristretti Orizzonti

Buongiorno a tutti, io sono Lorenzo Sciacca, un detenuto che fa parte da qualche anno della redazione di Ristretti Orizzonti. Da quando nella redazione abbiamo iniziato a riflettere, a confrontarci con il professor Ceretti e due mediatori, Carlo Riccardi e Federica Brunelli, su queste due parole, la rabbia e la pazienza, inevitabilmente io ho dovuto ripercorrere quella che è stata la mia vita, e mi sono reso conto che quest'anno faccio 39 anni, l'anno prossimo arriverò ad aver passato metà della mia vita dentro al carcere. È una consapevolezza nuova, una specie di traguardo sicuramente

non positivo che raggiungo. Quello che mi è mancato di più nella mia vita è avere la capacità di fermarmi, è una cosa che non sono mai stato in grado di fare, di fermarmi e di riflettere. Sono una persona che magari molte altre persone, quelle della società esterna, identificano come il delinquente abituale. Ho fatto tante carcerazioni nella mia vita e ogni volta che sono uscito sono tornato a commettere lo stesso reato, sono in carcere per rapine. Quindi io, uscendo dal carcere, commettevo lo stesso reato ma più grave, e questo mi ha portato oggi a capire che non ho mai avuto questa



capacità di fermarmi per ripensare alla mia vita. Io sono sempre stato fermato dalle istituzioni, dal carcere, però oggi comincio anche a chiedermi se il carcere, e chi lo gestisce, visto che ha avuto questa forza, ha fatto il suo dovere a fermarmi, mi chiedo se oggi ha fatto il suo dovere anche a farmi riflettere.

Io tutte le carcerazioni le ho sempre vissute in maniera molto passiva, ero una di quelle persone che se ne stava sdraiato sulla branda, oppure passeggiava avanti e indietro all'aria e pensavo sempre al prossimo reato da commettere, non accettavo niente da nessuno, e questo mi ha portato ad avere condanne per 30 anni di carcere. Ho sempre fatto carcerazioni molto rabbiose, non accettavo il dialogo soprattutto se di fronte a me c'era qualcuno che rappresentava le istituzioni, e molto onestamente vi dico che non mi sono neanche fermato fuori di fronte al dolore più forte che può colpire un uomo, il lutto per la morte del proprio figlio, neanche questo mi ha fermato.

Io oggi faccio sicuramente una carcerazione diversa, sicuramente



ho delle consapevolezza diverse, ma ho un motivo di arrabbiarmi in più pur facendo una carcerazione che rispetta un po' l'art. 27 della Costituzione, quello che afferma che la pena deve tendere alla ri- educazione, però ho una rabbia diversa perché mi sto chiedendo come sarebbe andata la mia vita se questa possibilità mi fosse stata data prima, se io avessi conosciuto prima una pena più riflessiva. Credo che oggi non sarei qui con una condanna così grossa, perché stupido non lo sono.

Oggi vedo, parlo anche in maniera diversa, se prima usavo cento parole per parlare era perché parlavo il gergo carcerario, il gergo della strada. Oggi per me le parole as-

sumono un senso diverso, parole che magari prima neanche avevo il coraggio di pronunciare, ora le pronuncio e le rivolgo a me stesso, e sicuramente ho il coraggio di ammettere che nella mia vita ho delle responsabilità pesanti. Con il progetto di confronto tra le scuole e il carcere che facciamo ogni settimana con la redazione io ammetto sempre di fronte agli studenti la mia responsabilità personale, però credo che anche altre persone si potrebbero assumere la responsabilità per il sistema penitenziario che c'è in Italia. In questo momento, che io sono qui a parlare, a fare delle riflessioni, in giro per le carceri italiane ci sono migliaia di ragazzi che stanno pensando

al prossimo colpo da fare e questo perché non gli viene concessa, per mancanza di spazio o per i soliti discorsi di sovraffollamento e di mancanza di personale, non gli viene concessa l'opportunità di rivedersi in maniera critica, di riflettere, di fermarsi. Poi ognuno è libero di prendere la propria decisione, però credo che al di là delle opportunità, come quella di uscire con qualche beneficio come i permessi premio, la vera possibilità sia quella di ripercorrere i gesti che una persona ha commesso, un po' quello che sto facendo io oggi, anche se purtroppo ho i miei 30 anni di condanna sulle spalle, spero che tanti detenuti possano avere prima questa opportunità. ✍️

La redazione mi ha aiutato ad abbattere il muro di rabbia che mi offuscava la mente

di Tommaso Romeo – Ristretti Orizzonti

Sono Tommaso Romeo, da ventitré anni in carcere, condannato all'ergastolo, tutta la mia detenzione l'ho trascorsa nelle sezioni speciali tra cui otto anni al 41bis, gli anni passati al 41bis non hanno fatto altro che far crescere in me la rabbia, perché potevo accettare le restrizioni di quel regime sulla mia persona, ma non accettavo che dovevano subirla pure i miei familiari in particolare le mie figlie, in quanto per loro è stato traumatico passare dai colloqui pieni di ab-

bracci e baci a vedermi dietro un vetro blindato. Nel 2009 mi viene revocato il 41bis e arrivo nel carcere di Padova e vengo collocato nella sezione AS1, per non perdermi nell'ozio mi iscrivo all'università, anche se ero convinto che non avrei dato un esame per gli strascichi dovuti agli otto anni di 41bis, quel regime ti fa perdere la padronanza nell'esprimerti essendo perennemente isolato, invece con l'aiuto dei tutor comincio a dare le prime materie.

Due anni fa per mia fortuna salgo sul treno che dà una sterzata alla mia vita, questo treno si chiama "Ristretti Orizzonti", sedermi al tavolo della redazione mi ha aiutato ad abbattere quel muro di rabbia che mi offuscava la mente da tantissimi anni, perché sono entrato in contatto con molte persone del mondo esterno. Molte volte mi dico fortunato perché se invece di arrivare a Padova fossi stato assegnato nelle sezioni AS1 di Parma o Opera, dove non esiste nessuna attività di quelle che svolgo in questo carcere, certamente ancora dopo ventitré anni di carcere sarei un uomo pieno di rabbia. Concludo con la speranza che Ornella Favero non resti una mosca bianca ma che diventino molte di più le persone che credono e investono anche sui cani rabbiosi o i cosiddetti detenuti pericolosi. ✍️





Stare in carcere passando il tempo a guardare il soffitto genera rancore e rabbia

di Gaetano Fiandaca - Ristretti Orizzonti

Buongiorno a tutti, io sarò veramente brevissimo perché per questioni emotive non riesco ad esprimermi più di tanto.

Sono Gaetano Fiandaca, detenuto in questo carcere. Dal '94 ad oggi ho espiato 20 anni di carcere e tutti trascorsi in circuiti speciali. Otto anni fa mi è stato revocato il 41bis e sono stato trasferito e allocato nella sezione di Alta Sicurezza qui a Padova. Sono rinchiuso in questa sezione da ben otto anni, poiché alcune relazioni di polizia ritengono che ci sia una mia attuale pericolosità e che io abbia contatti con l'esterno con organizzazioni criminali. Voglio fare presente che queste relazioni che oggi asseriscono ciò, sono le stesse relazioni che anni fa mi hanno portato e sottoposto al regime del 41bis, cioè sono identiche.

A seguito degli attenti vagli di ben due tribunali di Sorveglianza, prima quello di Torino e successivamente quello di Napoli, i quali

hanno ritenute queste relazioni veramente generiche e stereotipate, relazioni che non riportavano alcuna attualità di una mia pericolosità, mi è stato revocato il 41bis, ma nonostante quelle relazioni che dicono, che dicevano che non vi era una mia attuale pericolosità, io mi trovo da otto anni in questo circuito di Alta Sicurezza e non riesco ad essere declassificato.



Io penso che oggi sarebbe giusto che venissi declassificato e sistemato in una sezione di media sicurezza, dove avrei la possibilità di proseguire la mia carcerazione più serenamente, senza temere il fatto di essere trasferito da un momento all'altro, su e giù per l'Italia e in carceri dove si rimane chiusi 20 ore al giorno a ozio tutto il tempo. Ecco questo è un tipo di ozio che causa rancore e rabbia. Io credo che il carcere debba limitare il detenuto nella propria libertà e non nella propria dignità, e purtroppo queste sezioni, un po' tutto il carcere, ma in particolare queste sezioni di Alta Sicurezza dove ci troviamo noi, privano spesso della dignità il detenuto, perché tenere il detenuto tutto il giorno a guardare il soffitto è veramente umiliante, è veramente far sentire una persona totalmente inutile.

Io credo, anzi ne sono sicurissimo, che un carcere che applica un po' il reinserimento è questo di Padova. Questo di Padova toglie la libertà al detenuto, ma non gli toglie la dignità, gli dà la possibilità di muoversi, di potersi migliorare culturalmente, lo mette a confronto con realtà diverse da quelle che l'hanno portato in carcere, oggi è un bellissimo esempio. A tale proposito io voglio ringraziare quelle persone, anche se non l'ho mai fatto forse per timidezza, che hanno avuto il coraggio di portare la nostra voce all'esterno del carcere. Ci vuole infatti veramente tanto coraggio a portare la voce dei detenuti dell'Alta Sicurezza, dei detenuti del 41bis, perché su questi temi magari si preferisce girarsi dall'altra parte.



L'inefficacia dei dispositivi moderni di autoregolazione del risentimento

di Adolfo Ceretti

Fermarsi e riflettere, parlarsi e ascoltarsi, questo è il lavoro preziosissimo che si fa a Ristretti Orizzonti. Lo si fa anche per discutere di sentimenti, come il risentimento, del quale Stefano Tomelleri, Professore di Sociologia dei Fenomeni Collettivi presso il Dipartimento di Scienze Umane e

Sociali dell'Università degli Studi di Bergamo, è da tempo un attento osservatore. Allievo di Sergio Manghi e di René Girard, attualmente i suoi interessi sono rivolti alla ricerca delle nuove frontiere della violenza e del sacro nella società contemporanea.

Tra le sue pubblicazioni ricordiamo "La società del risentimento" del 2004, "Identità e gerarchia.

Per una sociologia del risentimento" del 2009. L'ipotesi portante di questo libro è che "la ragione profonda dell'attuale sentimento di crisi endemica sia da ricercare nell'inefficacia dei dispositivi moderni di autoregolazione del risentimento". Quest'ultimo, dopo la "Genealogia della morale" di Nietzsche, ha acquisito il significato che siamo soliti attribuirgli oggi: un desiderio di vendetta che si radica negli strati più profondi della personalità. Quanto e come, il risentimento, condiziona, caro Stefano, la nostra vita quotidiana? 

Uscire dalla trappola del risentimento come emozione che ci imprigiona al passato

E poi cercare di trovare le parole per volgere il nostro sguardo al futuro

di Stefano Tomelleri*

Grazie per l'invito, un grazie particolare alle testimonianze che ho sentito, in particolare due testimonianze mi hanno colpito per la loro efficacia nel riconoscere la dinamica del risentimento. La prima, in un passaggio particolare, mi è rimasta impressa. È la scena della minaccia con un coltellino: il ritornare a casa per prendere il coltello, dopo aver sentito un profondo sentimento di umiliazione di fronte ai propri amici, dopo aver vissuto la ferita dell'umiliazione. L'essere rimasto intrappolato in un desiderio di vendetta, a tal punto da dover usare il coltello per minacciare il rivale, per riscattare l'immagine di sé di fronte agli amici. Con estrema consapevolezza, credo, la testimonianza rivela la natura del risentimento.

Se dovessi usare un'immagine, il risentimento è come un uomo o

una donna che cammina volgendo lo sguardo all'indietro, alla ferita del proprio passato, e non riesce più a guardare il suo futuro, a guardare oltre, a guardare avanti. Noi abbiamo l'idea molto diffusa che le emozioni siano un fatto privato, un fatto intimo, individualistico e questa idea l'abbiamo ereditata sicuramente dal romanticismo. In realtà, le emozioni non sono solo un fatto intimo, esse raccontano il nostro legame con il mondo sociale in cui viviamo. Possiamo anche leggerle come un fenomeno profondamente sociale, strettamente legato alle epoche storiche e alla relative culture e società. Per esempio, nell'antichità sono esistiti specifici dispositivi per risolvere i sentimenti di vendetta e i risentimenti, che oggi risolviamo spesso in conflitti personali.

Sin dall'antichità è esistito il rito del capro espiatorio, una persona

innocente, accusata ingiustamente, ma che per gli accusatori è innanzitutto un colpevole consustanziale alla sua colpa, a tal punto che è impossibile separare questa da quello. La colpa sembra un attributo ontologico, un anatema del capro espiatorio. Gli basta essere quello che è per operare quei disastri, che fatalmente saranno poi i capi di accusa utilizzati per il suo sacrificio.

James Frazer nella sua opera *Il ramo d'oro* racconta del rituale del capro espiatorio, riportandone una descrizione dettagliata in evidente stile razionalistico e positivista: "Nella civile Grecia l'usanza del capro espiatorio prese forme più tenebrose [...]. Ogniqualevolta Marsiglia [...] era infestata da una pestilenza, un uomo delle classi povere si offriva come capro espiatorio. Per tutto un anno veniva mantenuto a spese pubbliche e gli



si servivano le più squisite vivande a suo piacere. Alla fine dell'anno, veniva vestito con abiti sacri [...] e condotto per tutta la città, mentre s'innalzavano preghiere perché tutti i mali del popolo ricadessero sulla sua testa. Alla fine lo cacciavano dalla città oppure il popolo fuori delle mura lo lapidava a morte" (Frazer, *Il ramo d'oro*, 1998, p. 676).

Sempre Frazer racconta che gli abitanti di Leucade gettavano in mare, ogni anno, una persona accusata di essere un criminale, mentre in altri luoghi un giovane era gettato in mare accompagnato dalla preghiera "Sii tu il nostro rifiuto". Nella Grecia dell'Asia Minore nel VI secolo a.C., quando una città soffriva di una carestia, una pestilenza o di una qualsiasi crisi sociale o calamità naturale, si sceglieva una persona brutta o deforme e poi era bastonata sui genitali fino alla sua morte.

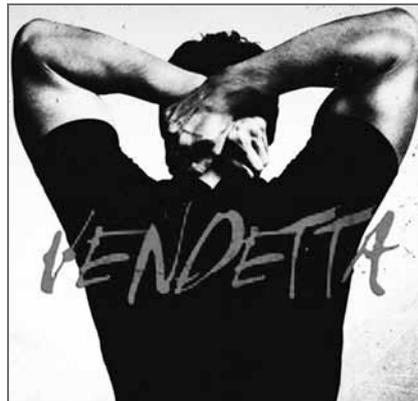
Il sacrificio di una vittima avveniva dunque per risolvere situazioni di crisi. Il suo compito, come racconta anche Primo Levi, è quello di fungere da capro espiatorio per l'intera comunità, portare su di sé le colpe dei malumori della crisi che attraversano tutta la società.

Il risentimento, nelle società arcaiche, era gestito, in qualche modo risolto, attraverso dei rituali sociali, specifici dispositivi: la nostra e comune invidia, rivalità, le competizioni, le reciproche offese, le violenze domestiche e di strada, in passato erano risolte in un esito che era risolutore della crisi che accomunava tutta la comunità.

Noi dal 2008 siamo una società che sta attraversando una profonda crisi. Ancora oggi continuiamo a cercare i nostri capri espiatori: gli immigrati di ieri, meridionali al nord, oggi sono gli immigrati che sbarcano a Lampedusa. La differenza tra noi e le società arcaiche è semplice: una volta il sacrificio dei capri espiatori funzionava, e dopo il loro sacrificio la comunità si pacificava. Oggi, in questa sede, i nostri capri espiatori, i reclusi, sono coloro che ci mettono gli uni contro gli altri: perché per le 600 persone presenti ad ascoltare le loro testimonianze nella speranza di

un loro futuro riscatto personale e sociale, ci sono almeno altre 600 persone che pensano che tutti noi stiamo perdendo tempo, che non abbiamo più nulla da fare, che chi è recluso è per sempre perduto. Fuori le mura di questo penitenziario esistono persone che condannano i reclusi a guardare unicamente al loro passato, a quella ferita, a quell'offesa.

Lì si cova il risentimento. Oggi il risentimento nasce da una profonda contraddizione sociale, come ha detto Sinibaldi, tra l'uguaglianza ideale proclamata e le disuguaglianze sociali reali. L'autoaffermazione individualistica, la competizione per il successo personale, la lotta per la realizzazione delle proprie opportunità sono valori socialmente condivisi e ideali proclamati come assoluti e indiscutibili. Ma nelle periferie delle metropoli, nelle periferie del



mondo, spesso la violenza rimane l'unico modo per affermare se stessi, per riscattare l'immagine di sé di fronte ai propri amici o al gruppo di riferimento.

Il punto è che siamo uguali sulla carta, ma diseguali di fatto. In una società, in un tempo storico, dove tutti siamo invitati a realizzare i nostri desideri, ma non tutti hanno le stesse possibilità, soprattutto dove il desiderio si alimenta di un confronto continuo, potremmo dire in un'ossessione consumistica del desiderio, il fatto che altri possano e molti non possono, crea un profondo risentimento, che si nasconde dietro alla formula "perché lui sì e io no".

Ma il risentimento non è solo un male o un'emozione dalla valenza

negativa. Nelle sue riflessioni sulla propria esperienza di internato in un lager nazista di Auschwitz, Jean Améry ha rivendicato la necessità di un'etica del risentimento per ricordare ciò che nessuno può e deve cancellare. La sua è una protesta contro ogni tentativo di assoluzione della colpa. La sua reazione si basa su di un preciso convincimento: «I miei risentimenti esistono affinché il delitto divenga realtà morale per il criminale, affinché egli sia posto di fronte alla verità del suo misfatto» (1987, pag. 122).

Egli insiste sull'idea contro intuitiva che il rancore serva a ricordare al nemico il male che ha compiuto, rifiutarsi di assolvere il criminale sarebbe un modo per denunciare la gravità di un'offesa profondamente ingiusta. La ricerca intellettuale di Améry è la testimonianza di quanto sia difficile perdonare e di come a volte il crimine sia talmente un male radicale che non si riesce a perdonare. Allora, rivendicare pubblicamente il proprio risentimento può essere l'unico modo per riscattarsi da un dolore estremo e totalizzante.

Questa testimonianza ci mette in guardia da qualunque scorciatoia che voglia semplificare la complessità della relazione tra il male e il suo antidoto, o che voglia spiegare il risentimento unicamente come un'emozione dagli aspetti negativi. L'invito di Améry è di trovare le parole, una cultura, capace di riscattare il risentimento, che ci permetta, nei limiti delle storie personali, di uscire dalla trappola del passato, che ci imprigiona e che volge lo sguardo all'indietro, per guardare al nostro futuro possibile. 

* Professore di Sociologia dei fenomeni collettivi presso il Dipartimento di Scienze Umane e Sociali dell'Università degli Studi di Bergamo. Tra le sue pubblicazioni *"La società del risentimento"*, Homeless Book, 2012, e *"Identità e gerarchia. Per una sociologia del risentimento"* Carocci, 2009

LA RABBIA CHE "ANNULLA L'ALTRO"

Michela Marzano, filosofa, parte da sé, e dal suo "aver attraversato le tenebre" dell'anoressia, per analizzare la fragilità della condizione umana, che rappresenta il punto di partenza delle sue ricerche e riflessioni, che l'hanno portata poi a dedicare un'attenzione particolare al tema della violenza, perché "in teoria, tutti accettano l'idea che occorre rispettare l'uomo e la sua persona. Allo stesso tempo c'è una forte tendenza ad annullare le persone, a negare la loro singolarità. Annullare l'altro, questa è la vera definizione di violenza". Per parlare con lei di fragilità e di violenza, partiamo allora dal fatto che si entra in carcere per non aver minimamente considerato "l'ALTRO", se non per cancellarlo, e poi si finisce paradossalmente per essere annullati e stritolati nel proprio "ESSERE ALTRI".

Da noi nel sud è molto facile che scatti un orgoglio che diventa vendetta

di Biagio Campailla – Ristretti Orizzonti

Prima di iniziare il mio racconto dico subito che non vorrei che fosse frainteso come se cercassi una giustificazione. Il mio racconto parte quando improvvisamente deraglia la mia vita. Fino all'età di 21 anni ero un ragazzo che lavorava con l'azienda di famiglia di autotrasporti di agrumi, l'unico mio pensiero era di gestire la famiglia che avevo creato quando avevo appena 14 anni, e infatti a 15 anni sono diventato papà. Un giorno, mentre ero seduto al tavolo di casa a pranzare, arriva una notizia al telegiornale: tre ragazzi uccisi dentro a un bar nel siracusano. Nell'ascoltare quei tre nomi dicono un cognome che mi sembra il mio. Rimango colpito, dicono proprio il nome di mio fratello.

In quel momento sono rimasto freddo, guardavo ma non riuscivo a crederci perché dicevo "Ma mio fratello è un lavoratore, come mai si è trovato in quella situazione?". Rimanendo freddo cerco di dirigermi in quel bar, quando arrivo vedo molta confusione, tante persone delle forze dell'ordine, i tre cadaveri a terra coperti da lenzuola. Non mi fanno avvicinare perché a terra c'era mio fratello, e loro lo sapevano, quindi mi hanno dato la notizia che una di quelle tre persone a terra era lui. Cerco di dirigermi a casa della famiglia di mio fratello per portare la notizia ai miei nipoti, ai suoi figli però nel

frattempo penso a come posso dare a quei bambini la notizia che il papà non torna più a casa. Da noi nel sud è molto facile che scatti un orgoglio che diventa vendetta. Ecco da quel giorno ho iniziato a concentrarmi solo su una cosa, e a trasformarmi da bravo ragazzo in un ragazzo che si vuole vendicare. Vedendo tutti i giorni i miei nipoti che stavano male, mi sono detto una cosa sbagliata: "Devo far provare lo stesso dolore che stanno facendo provare a me alla persona che ha dato il comando di far uccidere mio fratello".

Per anni cerco i responsabili, cerco la verità, fino a quando la trovo. Nel momento in cui la trovo penso che mi sarei liberato di quel peso che portavo, sì mi sono liberato forse per quel giorno, però non è stata una liberazione, è stata una condanna, è stata una condanna per me, è stata una condanna per i miei nipoti, è stata una condanna per i miei figli, è stata una condanna anche e prima di tutto per i figli della vittima.

Ora sono condannato alla pena dell'ergastolo, ho 4 figli e 5 nipotini. Io prima non avevo mai ammesso la mia responsabilità perché potevo anche giustificarmi nel dire: sono stato colpito, voglio colpire. Non mi sono mai rivolto alle autorità dello Stato perché nella mia mente capivo solo che non doveva capitare a mio fratello



quello che è successo, la vendetta era il pensiero fisso di un ragazzo di 21 anni che ragionava in quel modo. Mi sono fatto questa vendetta con le mie mani e ne sto pagando le conseguenze. Spero che al sud queste vendette finiscano perché portano morte su morte, sangue su sangue. Una volta andando in un quartiere in Sicilia, e qui ci sono tanti miei corregionali e paesani, entrando in quel quartiere mi ha fatto impressione vedere persone anziane, giovani, uomini tutti vestiti di nero, io sono cresciuto in Belgio, andavo poco in Sicilia solo nel periodo delle vacanze, e un giorno mi sono girato verso mia madre e le ho chiesto perché queste persone erano vestite tutte di nero, mi ha risposto che ognuno aveva subito un lutto. Io fino a qualche anno fa questa rabbia non smettevo di nutrirla, pensavo sempre di vendicarmi, anche se ho passato periodi nei regimi duri al 41bis, area riservata, e poi in Alta Sicurezza, in quel tipo di regime mi davo soltanto delle giustificazioni, mi dicevo che ero stato colpito e mi ero vendicato, ma è un'idea sbagliata.

Arrivo a Padova e fortunatamente vengo inserito nella redazione di Ristretti Orizzonti. In quel momento ero nella sezione di Alta Sicu-

rezza e Carmelo Musumeci mi ha trascinato in redazione, il Direttore ha dato l'autorizzazione ed Ornella e gli altri volontari, dal professor Ferrarini a Donatella Erlati, Francesca mi accolgono e aiutano a "tornare a parlare", perché per anni, in quei regimi, avevo perso la parola, non comunicavo più. Fino a quando arrivo a un incontro con le scuole, con i ragazzi e là inizio a

riflettere, mi chiedo dove sto andando. Sono riuscito a riflettere, a pensare e oggi sono qui anche ad ammettere le mie responsabilità. Qualche mese fa dei giudici hanno rivalutato la mia posizione e il mio percorso e sono stato declassificato dalle sezioni di Alta Sicurezza, e per la prima volta, dopo 17 anni, ho usufruito di un permesso di necessità con la scorta e sono riu-

scito a vedere mia mamma, che temevo avrei rivisto soltanto al suo funerale, invece l'ho vista, ho mangiato assieme anche ai miei nipotini e alle mie figlie. Questa è la testimonianza di come una pena poco umana ti toglie la capacità di riflettere sulla tua responsabilità, e invece una pena dignitosa ti costringe a rivedere davvero le tue scelte sbagliate. ✍️

La rabbia che annulla l'altro e la rabbia che annulla se stessi

di Adolfo Ceretti

Non è un caso che abbiamo intitolato questo capitolo della nostra conversazione "La rabbia che annulla l'altro e la rabbia che annulla se stessi". Prendere la legge nelle proprie mani è un'espressione che voglio richiamare anche oggi, per testimoniare che cosa accade se si diventa il legislatore di se stessi.

La drammaticità delle parole che sono state appena pronunciate reputo che sia la prosecuzione del bellissimo intervento di Tommelleri. Sono parole che possono finalmente introdurre a quelle di Michela Marzano, che presento con grande gioia. Era tanto tempo che desideravo conoscerla.

Marzano è Professore di Filosofia Morale all'Università Descartes di Parigi ed è autrice dei libri "Volevo essere una farfalla" e "Cosa fare delle nostre ferite". Oggi non discuterà certamente il tema del corpo, ma Michela ha scritto pagine molto significative sul tema, sul modello di corpo che caratterizza la nostra società, sul suo rapporto con la realtà. Ha analizzato con sapienza, inoltre, quelle situazioni in cui il corpo si fa sintomo, svelando così alcuni aspetti della nostra cultura.

Chi ha letto i suoi libri sa che la sua battaglia per allontanare l'idea che il corpo non sia altro che un semplice ricettacolo materiale è una battaglia anche politica, iniziata da tanti anni. Detto altri-

menti, non si può parlare del corpo come di una cosa su cui si può e si deve agire, che si può e che si deve perfezionare, e non considerarlo mai come luogo dove nascono e si manifestano i nostri desideri e i nostri bisogni.

Marzano, nel suo libro "Non seguire il mondo come va" affronta invece alcune emozioni politiche quali la rabbia, la comprensione, la speranza, la compassione. In quest'ultimo volume ci sono delle pagine su "compassione e politica" che, secondo me, sono davvero magistrali. Io ora non so quale sarà il taglio del suo intervento, ma nel darle la parola mi auguro che qualche spunto su "compassione e politica" possa davvero emergere... ✍️

Dietro la rabbia c'è l'annullamento, c'è il non riconoscimento dell'alterità

E c'è anche il non rispetto, c'è l'impossibilità di dire "io sono questo e non altro"

di Michela Marzano*

Grazie ad Adolfo, grazie a tutti voi. Io, in realtà, avevo preparato tutt'altro intervento sul tema della rabbia, dell'annullamento e del non riconoscimento rispetto a quello che mi accingo a fare ora. Da quando sono arrivata sono d'altronde successe una serie di cose che hanno completamente

"spostato" la mia attenzione e che mi spingono a cambiare intervento e a dirvi cose diverse rispetto a quelle che avevo preparato. Mi ha anche attraversato l'idea di non parlare affatto. Da quando sono qui, non penso ad altro. Sono qui e osservo. Sono qui e ascolto. Sono qui e imparo. Sono qui e penso a

cosa potrei mai dirvi io della rabbia e dell'annullamento che voi già non conoscete. Poi, ho riflettuto meglio e deciso di trovare un compromesso: parlerò, ma non per dirvi quello che ho preparato. Cercherò piuttosto di raccontarvi quello che sto imparando e attraversando da quando sono arriva-



ta, a partire da una frase di Oscar Wilde che mi è tornata in mente proprio qualche minuto fa: "Le cose vere della vita non si studiano né si imparano, ma si incontrano". "Le cose vere della vita non si studiano né si imparano, ma si incontrano", scrive dunque O. Wilde. Perché, però, mi è venuta in mente proprio questa citazione? E perché è da qui che voglio partire oggi per parlarvi della rabbia? Forse perché, da quando sono arrivata, non ho fatto altro che "incontrare" cose della vita che non ho effettivamente né studiato né imparato. Cose della vita, però, che ho almeno in parte già incontrato. E che hanno a che vedere proprio con la rabbia, l'annullamento e il non riconoscimento di cui Ornella mi aveva chiesto di parlare. Ossia con il non rispetto di "ciò che si è" e di "ciò che si prova".

Ma cominciamo dall'inizio, ossia dal momento in cui sono arrivata qui questa mattina e, prima di poter entrare, ho sentito una guardia che mi diceva: "Lei può portare dentro solo un foglio e una penna". "In che senso?" gli ho subito risposto. "E il cellulare non posso prenderlo? E le sigarette? Devo lasciare anche quelle?" E quando

la guardia ha replicato che era proprio così e che dovevo lasciare tutto, non ho potuto fare a meno di dirle col tono scocciato: "Scusi, ma perché?" Mentre sentivo montare in me la rabbia e l'impotenza. E avevo solo voglia di andarmene via e di togliere il disturbo.

Lo so che sono le regole. Almeno è quello che mi ha detto e ripetuto più volte la guardia, guardando senza capire la mia reazione furibonda. Esattamente come so che le stesse cose sono state dette a molti di coloro che sono venuti qui oggi per il convegno. Solo che, nel mio caso, quella frase ha riaperto una ferita e mi ha fatto rivivere qualcosa che avevo già attraversato e che è poi all'origine stessa del mio modo di concepire la filosofia. Prima che iniziassi a parlare, Adolfo Ceretti mi ha presentato citando alcuni dei miei lavori e dicendo che sono un Professore ordinario di filosofia morale a Parigi. Aggiungiamo anche il fatto che, oltre a essere un Professore ordinario, sono un Parlamentare – cosa di cui non sono particolarmente fiera in questo momento, ma che contribuisce comunque a dare un'idea del mio statuto attuale e delle mie qualifiche. Quello che Adolfo

non ha detto – forse perché non lo sapeva, oppure lo sapeva ma pensava che non c'entrasse – è che, nonostante io sia Professore e Parlamentare, mi porto dentro una ferita antica che si è riaperta stamattina proprio nel momento in cui quella guardia mi ha detto: "Lei può portare dentro solo un foglio e una penna". Prima ancora di essere un ordinario di filosofia morale e un deputato, sono una persona che ha sofferto di anoressia e che, attraversando le tenebre, è diventata quella che è oggi anche grazie a quella sofferenza e a quella disperazione. Fatto sta che, come racconto in parte nel mio *Volevo essere una farfalla*, nel 1998 mi sono ritrovata per alcune settimane nella sezione chiusa dell'Ospedale psichiatrico di Pisa. Avevo fatto un tentativo di suicidio e mi ritrovavo quindi, mio malgrado, rinchiusa in un vero e proprio universo carcerario. Anche in quel luogo, nessuno aveva il diritto di avere con sé sigarette e accendino. E ogni volta che c'era il bisogno di accendersi una sigaretta – già all'epoca fumavo – si doveva andare a chiederlo a un'infermiera. Con il rischio di sentirsi rispondere a volte "no". "No" semplicemente perché l'infermiera non aveva voglia o aveva altro da fare. "No" senza ragione. "No" perché tanto chi viene a controllare che si è detto di "no" a una "matta"? Ora forse potete cominciare a intuire perché quel "Lei può portare dentro solo un foglio e una penna" di questa mattina mi ha tanto sconvolto e ha riaperto dentro tutto. Ora forse potete cominciare a capire perché abbia deciso di non parlarvi di quello che avevo preparato prima di venire qui, e perché stia "divagando" tanto intorno a questa frase. Anche perché c'è un legame molto forte tra la rabbia che ho provato di fronte al diniego odierno e il tema generale della rabbia che è al centro del convegno di oggi.

Altro elemento che vorrei aggiungere prima di affrontare dal punto di vista teorico il tema della rabbia e del non-riconoscimento è un'altra frase ascoltata oggi. Anche se questa volta non si tratta di una



frase che mi è stata rivolta, ma di una frase detta prima da Andrea durante la sua testimonianza. A un certo punto del suo racconto, Andrea ha detto "sono ancora incazzato". Ebbene, quello che succede quando si è "ancora incazzati" è proprio quello che è accaduto a me questa mattina: la rabbia si auto-alimenta, e quindi non passa, quando si è confrontati a situazioni di impotenza che, di fatto, non fanno altro che riattivare l'impotenza iniziale, quella da cui scaturisce appunto la rabbia.

Cos'è dunque questa rabbia di cui, fino ad ora, non ho fatto altro che lambire i contorni?

La rabbia, come la paura, la tristezza o la gioia, è un'emozione primaria e, in quanto tale, è priva di "contenuto proposizionale": è una reazione viscerale, immediata, talvolta impulsiva, che si scatena quando, sentendosi impotenti di fronte a qualcosa, si agisce senza riflettere e senza rielaborare le ragioni che possono scatenarla. Accecati dalla rabbia, non si è più disposti a ragionare e a dialogare. In preda all'ira, si ha solo voglia di urlare e distruggere. Un po' come quando si è piccoli e si urla. Non si hanno le parole per esprimere i propri bisogni e le proprie esigenze, e si aspetta solo che qualcuno si occupi di noi, consolandoci e prendendosi cura della nostra sofferenza. Non per questo, però, la rabbia è del tutto irrazionale. Si prova rabbia quando non si sa che cosa fare per superare gli ostacoli che ci impediscono di raggiungere determinati obiettivi. Quando non si viene ascoltati e non si trova altro modo per esprimersi o affermarsi. Quando si viene umiliati. Chi non ricorda "l'ira funesta" di Achille che "infiniti addusse lutti agli Achei"? Già nel caso di Achille, però, la rabbia si scatena di fronte al torto subito, ossia quando Agamennone, costretto a restituire al padre la schiava Crislide, pretende dall'eroe greco l'amata Briseide. Tutto questo per dire che la rabbia, in fondo, non è altro che la punta dell'iceberg, l'epifenomeno del malessere profondo. Un malessere fatto di impotenza e di umiliazioni continue. Che sono poi tipici di

ogni "società indecente", per utilizzare le parole del filosofo Margalit Avishai che, ne *La società decente*, spiega molto bene come il non-rispetto e il non-riconoscimento portino necessariamente alla disgregazione sociale. Il problema supplementare che c'è quando si parla della rabbia, però, è il fatto che, se non la si riesce a evacuare, la rabbia non fa altro che auto-alimentarsi e distruggere. La rabbia, quando è eccessiva, è sorda al richiamo dell'intelletto. Arriva nel momento in cui, prigionieri dell'impotenza, non si è più disposti a ragionare, argomentare, discutere. Chi è esasperato non se ne fa nulla delle ragioni degli altri. Cerca solo di essere ascoltato e, in assenza di ascolto, reagisce violentemente.

Allora come si esce dalla rabbia se mai se ne esce? A mio avviso, la sola strada che si può intraprendere per evitare che la rabbia si accumuli e per farla decantare è rimettere al centro delle relazioni intersoggettive il concetto di riconoscimento. Ecco perché, come spiega molto bene il filosofo tedesco Axel Honneth, la vera sfida di fronte alla quale ci troviamo oggi è quella della "lotta per il riconoscimento", laddove il riconoscimento non è altro che un insieme di amore, di diritto e di lavoro. Che si tratti dell'amore, del diritto o del lavoro, infatti, è sempre questione di riconoscimento: non c'è amore, soprattutto quando si è piccoli, se non si viene riconosciuti per quello che si è, se non si viene accettati come siamo, se viene proiettata su di noi un'immagine ideale che non ci prende in considerazione con le nostre differenze e le nostre fragilità; esattamente come non c'è riconoscimento senza la possibilità di lavorare – e quindi di consolidare, attraverso il lavoro, la propria identità – o anche di essere garantiti, a livello di protezione dei nostri diritti, in quanto cittadini di "serie A". Se l'amore condiziona la fiducia in se stessi, il diritto garantisce il rispetto di sé. Se l'amore ci insegna che il nostro valore non dipende dagli sforzi che facciamo per meritarlo, ma esiste sempre indipendentemente da quello che

si fa o non si fa, il lavoro è necessario per consolidare l'autostima: è sempre e solo attraverso il lavoro che si può al tempo stesso trasformare il mondo e trasformarsi. Ecco perché disoccupazione e precarietà sono spesso vissuti come un fallimento personale: non c'è solo il problema del sostentamento, pur essenziale; c'è anche quello del posto che si occupa nel mondo, del senso del proprio agire. Si fanno sforzi, ci si impegna, ci si batte. Ma se poi non si viene riconosciuti, e quindi non si viene amati così come si è, non si è protetti a livello giuridico da un sistema che rispetti la propria dignità e non si ha l'opportunità di trovare un lavoro attraverso cui non solo garantire il proprio sostentamento ma anche consolidare la propria identità, non si può essere protagonisti della propria vita. Ci si trascina alla ricerca di certezze. Ci si schianta contro l'anonimato. E allora, pieni di rabbia, si rischia solo di distruggere e di distruggersi. Grazie.

Adolfo Ceretti: Solo poche parole. Abbiamo incontrato Michela nella sua esplosività e nella sua geniale capacità di guardarsi e guardare gli altri, di alzare lo sguardo verso gli altri dopo aver guardato se stessa. Hai pronunciato parole preziosissime che qui verranno protette e sicuramente saranno state ascoltate con la profondità che, purtroppo, la volgarità che abita questo Paese ha disabituato a cercare. Invece questo è il luogo dove – mi dispiace Ornella ma ti prendi l'ultimo complimento della mattinata – è stato insegnato a tutti ad ascoltare se stessi e gli altri. 

* Professore ordinario di Filosofia morale all'Università Descartes di Parigi, dove cura anche il "Dictionnaire de la violence". È autrice, tra l'altro, dei libri "Volevo essere una farfalla" e "Cosa fare delle nostre ferite". È appena uscito "Non seguire il mondo come va", un diario che, a partire dalla sua attuale esperienza di parlamentare, è un amaro spaccato sulla politica italiana, con un capitolo dedicato alla rabbia

Trasmettere il dolore senza il rancore

“Posso provare a comunicare il dolore che prova chi subisce un atto così violento, quali sono le ripercussioni sulla sua vita, sulla sua famiglia, quali i segni che si porterà dentro per sempre, quanta fatica richieda risollevarsi da una violenza così profonda. Posso cercare di far mettere l'autore della violenza, per un momento, nei panni della vittima”: sono parole di Lucia Annibali, una giovane avvocatessa sfigurata dall'acido da uomini pieni di rabbia, ma così forte da riuscire a non ricambiare il male subito con il rancore. Per chi in carcere ha usato la violenza e si è nutrito di rancore, ma anche per chi fuori pensa che essere vittime significhi solo odiare, una grande lezione per imparare a mettersi SEMPRE nei panni dell'altro. ✍️

“Dovevo smettere di vivere sospesa”

di Suela, figlia di Dritan, detenuto e redattore di Ristretti

Ho sempre l'ansia quando vengo a parlare qui, ma mi piace lo stesso perché per me è una cosa bellissima, per me, che ho sempre tenuto tutto dentro e non ho mai parlato della mia vita parallela, io la chiamo così perché il carcere per me è la mia vita parallela e lo è stato a lungo, adesso diciamo che quella vita la sto facendo conoscere un po' a tutti. Io vorrei iniziare a dire che è vero che il dolore è quello delle vittime, ma è anche quello dei familiari dei detenuti, perché se mio padre è riuscito a tenere rapporti con noi, con me e mia madre, è semplicemente grazie a noi, non perché qualcuno ci ha aiutato, anzi non mi hanno agevolato in niente né a me né a mia madre.

Io quando ho saputo dei trasferimenti dell'Alta Sicurezza da Padova ad altre carceri, ho scritto quello che ho provato e vi dico che mi è venuta l'ansia, perché non si può prendere la gente per trasferirla a destra e a manca come se fossero delle lettere. Ma che ragionamento è? Ma hanno anche delle famiglie, dei figli, non vi preoccupate di loro? Ma se lo facessero ai vostri figli di trasferirli ovunque? Non sapere neppure più dove sono... Io e mia mamma stavamo sempre con il pensiero verso mio padre e ogni volta che arrivavano le lette-

re ci preoccupavamo di leggere da dove arrivavano, perché una volta arrivavano da Novara, poi sono arrivate da Cuneo, poi da Larino, poi da Sulmona, poi da Padova, insomma uno si chiede: ma perché? Per quale ragione? E qualsiasi sia la ragione, che senso ha prenderli e trasferirli ovunque, qual è il senso? Io non lo trovo, poi se qualcuno ha trovato il senso che me lo venga a dire.

Volevo anche parlare di un argomento un po' delicato per me, io volevo parlare di mia nonna. Ogni volta mi emoziono perché per noi, per la nostra famiglia, la sua morte è stata veramente un trauma, non ce l'aspettavamo. Mio padre ha visto per l'ultima volta sua mamma, erano 15 anni che non la vedeva, l'ha vista all'interno del carcere di Padova, dopo di che non l'ha più vista. Quando l'ho saputo, io l'ho saputo un sabato pomeriggio, arriva una telefonata a mia mamma, lei si gira verso di me e mi dice: Suela è morta tua nonna. A me mi si è spezzato il cuore. Non potevo crederci, stavo davvero male, non riuscivo neanche a capire se stavo male tanto perché è morta mia nonna o perché è morta la mamma di mio papà, e poi subito dopo ho chiamato Ornella e Elton, perché non sapevo cosa fare, cioè ho chiamato loro dicen-



do: cosa faccio? come glielo dico a mio papà? ha il diritto di saperlo, è morta sua mamma. Anche loro non sapevano cosa fare perché era sabato, nessuno entrava in carcere, ad Ornella è venuto in mente di cercare il cappellano, ma neanche lui si riusciva a rintracciarlo. Mio papà la domenica mattina ha telefonato, quello era il giorno del funerale e quando mi ha telefonato ero in lacrime, e lui mi ha chiesto cosa era successo, e io non gli ho detto niente. Il carcere di Padova permette anche 20 minuti in più al mese di telefonate, e io sapevo che lui aveva a disposizione 10 minuti e gli ho detto se era possibile chiamare in Albania, ma non riuscivo a spiegargli nulla perché singhiozzavo. Poi lui mi ha chiesto se era successo qualcosa a mio cugino, magari un incidente, lo zio, non riusciva a capire. Alla fine gli ho detto che la nonna era stata male e lui ha capito subito, anche perché mia nonna era stata male altre volte perché era anziana, comunque ha capito perché era impossibile che uno piangesse in questo modo solo perché era stata male, e mio padre ha saputo

della morte di sua mamma per telefono, detto da me che ho dovuto aspettare 24 ore prima di dirglielo, e questo non mi sembra affatto una cosa normale, normale sarebbe per una persona detenuta poter parlare al telefono liberamente con i propri cari.

Un'altra cosa che vorrei dire è che il carcere ha condizionato la mia vita in tutto e per tutto, perché io ho sempre studiato, però sono arrivata a un certo punto alle superiori in cui mi sono detta: sono figlia di un detenuto, ma dove voglio andare? Io abbandono, voglio abbandonare, voglio andare a fare la parrucchiera. Ho sempre detto questa cosa, ma non ho mai precisato che a fare la parrucchiera non c'è niente di male, non è che io lo dico come se fosse un brutto lavoro, lo dico per dire che se fossi andata a lavorare in banca, dove accanto a me il mio collega era figlio di una famiglia diciamo perbene, e si ritrovava me di fianco, io con un padre detenuto mi sarei sentita inferiore a lui.

In questo senso dico che io davvero volevo fare la parrucchiera, io a mia mamma ho comunicato che volevo cambiare scuola, mia mamma allora ha usato la pazienza perché se avesse usato la rabbia non ero qui a parlare con voi oggi, e fortunatamente mi hanno detto che ero troppo grande per entrare in quella scuola, e sempre fortunatamente non mi sono iscritta. Allora ho continuato le superiori, mi sono diplomata e poi mi dicevo che dovevo trovarmi un lavoro, ma non sapevo nemmeno io che lavoro andarmi a cercare. Poi a un certo punto ho detto: ma se ce la fanno persone che hanno delle famiglie per bene, hanno tutto, non hanno mai visto il carcere, che per me era una brutta cosa, però non hanno quella grinta che magari io al contrario avevo, allora perché non devo farcela io? ho pensato allora di fare economia, perché economia è meglio, giurisprudenza no perché sarei stata bocciata subito, perché la figlia di un detenuto che pensa di fare l'avvocato o il magistrato fa ridere tutti, questo mi dicevo io.

Fortunatamente, un giorno parlo



con una persona molto importante per me, parlo anche con mia mamma, mi sono confrontata con tante persone, che mi hanno detto; Suela basta, fai quello che ti piace, smettila di farti condizionare la vita da questa situazione! E io, Lucia mi rivolgo a te perché ho letto il tuo libro, è molto bello, tu a un certo punto dici: dovevo smettere di vivere sospesa. È quello che ho fatto io, ho smesso di vivere sospesa, ho iniziato davvero a vivere facendo quello che mi piaceva, e il 24 agosto ho pagato la prima rata delle tasse per l'iscrizione a Giurisprudenza e oggi sono al secondo

anno. È stata la scelta più giusta che io potessi fare, e nonostante sia molto dura, però sono davvero contenta. Sono contenta perché ho trasformato una brutta vicenda in qualcosa di bello, perché adesso a scuola quando si parla di carcere, io sento carcere, è come quando voi sentite dire il vostro nome e vi girate, io sento carcere e mi giro, parliamone, e ci tengo molto a tenere le redini dell'argomento, sempre, devo parlare sempre io, devo essere sempre molto critica anche verso persone che si spacciano per professionisti. Grazie per avermi ascoltato. ✍️

Ornella Favero: Partendo dal racconto di come Suela ha dovuto dire a suo padre detenuto della morte della nonna, la madre di suo padre, io vorrei ricordare che noi stiamo facendo una battaglia a sostegno di una proposta di legge, che è in discussione in Commissione giustizia, sugli affetti in carcere, perché questa miseria delle sei ore di colloquio al mese e della telefonata di dieci minuti a settimana, in cui appunto ti può capitare che stai parlando della morte di tua madre e ti interrompono la telefonata perché non si può andare oltre, questo fatto degli affetti misurati con il contagocce non ha nessuna motivazione, se non una forma di tortura delle persone, in particolare dei familiari come Suela che sono del tutto innocenti. Quindi noi chiediamo di sostenere e portare avanti questa proposta di legge, perché è fondamentale che cambino i rapporti tra le persone detenute e i loro famigliari, ed è importante che questa proposta sia stata finalmente calendarizzata e faccia dei passi avanti. E non credo nemmeno che serva da parte dei parlamentari un grande coraggio, in fondo non è una proposta per le persone detenute, è una proposta che riguarda le famiglie che non hanno nessuna responsabilità per i reati dei loro cari. ✍️

“Il mio viso parla di me, del mio dolore, della mia fatica”

di Adolfo Ceretti

Per introdurre il tuo intervento, Lucia, prendo solo pochi secondi. Sono emozionato anch'io... Per mestiere ascolto le storie, ed è difficile che racconti qualcosa di me, ma qui e ora un piccolo racconto lo voglio fare: Avevo un parente che si chiamava Achille e che è morto tanti anni fa. Quando ero bambino mi prendeva sempre in braccio e raccontava. Una volta mi ha lasciato di stucco dicendomi: “Sai, noi nasciamo con una faccia, ma il nostro volto ce lo costruiamo”. Prima che andasse a vivere in Africa – era rimasto vedovo e aveva sofferto così tanto per la morte di sua moglie che decise di trasferirsi in Burundi, dove si risposò con una principessa Vatussa – continuava a ripetermi: “Tu, un giorno vuoi avere un volto come quello di Samuel Beckett o quello di Roberto Boninsegna?”. Roberto Boninsegna era un calciatore dell'Inter, io avevo già 13 anni a quell'epoca, lo amavo follemente, però comprendevo benissimo che aveva un volto un po' meno intenso di quello di Samuel Beckett. In breve, Achille con queste parole mi ha fatto capire che, dopo una certa età, ognuno ha, in un certo senso, il volto che si merita, il volto che si costruisce.

Quando ho letto il tuo libro, Lucia, alcune frasi mi hanno commosso. Le ho subito condivise con Ornella e subito dopo abbiamo deciso di invitarti. Ecco cosa ha scritto Lucia: “Io ringrazio il mio volto ferito, perché il mio volto ferito mi ha insegnato ad avere fiducia in me stessa, mi ha fatto fare quel salto verso quella donna che desideravo diventare. Oggi io mi sento padrona di me stessa, della mia vita, dei miei pensieri, del mio sentire, del mio corpo. Oggi ho un progetto, il mio viso è il mio progetto dal quale ripartire per far sì che la mia vita da ora in poi sia una vita felice vissuta in sintonia con me stessa. Il mio viso parla di me, del mio dolore, della mia fatica, della mia forza di volontà, della mia speranza, della mia gioia. Il mio viso oggi sono veramente io, così come la mia diversità non è affatto un limite per me, ma anzi una grande opportunità di crescita e miglioramento. Per questo non mi sento in credito con la vita ma, anzi, sono molto grata alla vita per avermi dato questa seconda meravigliosa possibilità”.

Ho scelto di essere una persona con un cuore aperto ad accogliere il dolore degli altri

di Lucia Annibali*

Vi racconterò brevemente la mia storia. Io ho incontrato questa persona, cui oggi darò un nome, poi lo eliminiamo, Luca, nel 2009, è stata una storia tormenta-

* Giovane avvocatessa di Pesaro, sfigurata dall'acido che le è stato tirato in faccia. Per quel terribile atto sono stati condannati due uomini, ritenuti gli esecutori del gesto, e un terzo, ritenuto il mandante, che con Lucia aveva avuto una tormentata relazione. È autrice con Giusi Fasano del libro “Io ci sono. La mia storia di «non» amore”, in cui ripercorre la sua vicenda con quell'uomo, fino all'aggressione finale, e poi i mesi bui e dolorosissimi, segnati anche dal rischio di rimanere cieca

ta, uno di quegli amori-non amori che distruggono poco a poco la tua personalità, che non ti fanno più amare la vita e nemmeno te stesso, che ti lacerano dentro piano piano, che ti mettono paura addirittura di confrontarti con gli altri, che ti fanno provare una profonda disperazione e pensare che a volte non valga più la pena vivere in quel modo. È una storia che si è protratta per almeno tre anni, questo è il tempo che io ho impiegato a trovare un principio di dignità per me stessa, di amor proprio, e non è stato sufficiente purtroppo, perché la mia decisione ha scatenato questa rabbia, questo odio che è sfociato in una violenza, che se prima era psicologica, poi è diventata fisica, in un



modo che più di così era impossibile.

Sono passati ormai due anni, era aprile del 2013, rientravo a casa, aprendo la porta di casa, è sbucato quest'uomo nero, perché era vestito completamente di nero, che mi ha lanciato questo acido che ha colpito il mio volto e la mano destra, con la quale ho cercato di ripararmi evidentemente in modo istintivo. Questo acido ha trasformato la mia persona in un'ustionata, perché ha corrosato tutti gli strati della mia pelle, era un'ustione di terzo grado profonda, significa

che l'acido si è fermato prima di corrodere i muscoli e l'osso, quindi io non avevo più niente, non avevo un viso, una mano, ma nemmeno gli occhi per vedere.

Sono stata un mese e mezzo nel Centro ustioni di Parma e ho imparato ad affrontare il dolore fisico, a controllarlo, ad accoglierlo nella mia vita. Essere ustionata è proprio un'esperienza estrema, è proprio un'esperienza di vita, mi ha insegnato ad essere paziente, perché c'è bisogno di tanta pazienza per riuscire ad alzarsi per affrontare il dolore che è intenso ed inaspettato. Io sono sempre stata una persona molto spaventata per il dolore fisico, non avevo una soglia di sopportazione, ora invece ce l'ho. Dico queste cose per dire alle persone detenute che sono qui, che sono persone che hanno fatto del male ad altri, quanto la loro azione possa davvero fare del male a chi la subisce ingiustamente, per lo meno nel mio caso, ed è un dolore che si infligge anche alla famiglia della persona, i miei genitori hanno sofferto tantissimo e soffrono tuttora, così anche le mie amiche, che si ritrovano ad avere un'amica che non sanno se è viva o morta, non sanno come sarà, hanno vissuto con me i miei progressi, che sono il frutto di tanti sacrifici, di tanta fatica, di tanto dolore, anche di doversi scontrare con gli sguardi degli altri. Fa parte di quello che mi è successo, dover affrontare le persone, cercare di non interiorizzare quello che vedi nello sguardo degli altri, o nelle loro parole quando commentano quello che vedono, anzi cercare di comunicare che anche se quanto visto non è perfetto, è una grande

conquista, è una grande gioia per me perché sono partita dal niente e ora se non altro è funzionante e non è poco. Questo per provare a far riflettere chi commette questi gesti e invitarli a mettersi nei miei panni.

Ma anche io voglio mettermi nei loro panni, e devo dire che oggi ascoltando le loro storie, ho praticamente sempre pianto, perché sono sinceramente dispiaciuta per loro e per la loro sofferenza, forse sono un po' troppo empatica, ma devo dire che ho scelto di essere questo tipo di persona, con un cuore aperto ad accogliere il dolore degli altri e mettere il mio a disposizione di chiunque ne abbia bisogno, abbia bisogno di farne qualunque cosa. Per un ustionato ad esempio, io faccio volontariato dove sono stata ricoverata e non è che tutti gli ustionati con cui parlo lo sono per colpa degli altri, c'è anche l'ustionato che è andato a rubare e a sua volta si è ustionato, ma questo non è importante, il dolore è dolore per tutti, tutti soffriamo anche se per ragioni diverse. Io ho scelto di essere questo tipo di persona, una persona che desidera trasformare il male che ha subito, e che però non è rimasto in lei, in un'occasione di fare del bene e per comunicare a tutti, a chi lo desidera, quanto fa bene fare del bene e quanto faccia male causare del male agli altri, perché fare del male agli altri significa principalmente fare del male a se stessi. Volevo lanciare un pensiero a voi che vivete qui per ringraziarvi e augurarvi di riu-

scire a scegliere di essere persone di speranza, persone che possano fare del bene anche attraverso il dolore che hanno causato agli altri, cercando di essere persone migliori di quanto siano stati e questo vale per tutti. Mi ha colpito una frase di Papa Francesco che ho anche incontrato, che dice che per cambiare il mondo bisogna fare del bene a chi non è in grado di ricambiare, e questo è un interessante punto di vista. Credo che vissuto così il dolore abbia delle risorse incredibili e inesauribili, è faticoso, però mi rende una persona migliore per me, e per chi lo vuole accogliere. ✍️

Adolfo Ceretti: lo volevo solo aggiungere una frase di un famosissimo filosofo, che si chiama Paul Ricoeur, che condividiamo spesso in Redazione: "Ciascuno di noi è migliore delle sue peggiori azioni". Questa è una delle scommesse dalla quale partiamo nel lavoro che facciamo noi come mediatori in questa meravigliosa redazione. ✍️



Come comunico la mia rabbia, come ascolto la tua

Il campo di ricerca che vogliamo indagare si concentra sulla comunicazione, in particolare sulla considerazione che, per gestire opposizioni, contrasti, conflitti prima che si esprimano in rabbie e sofferenze fuori controllo, occorre arrivare presto, proporre interventi che si collochino prima nel tempo, quando possono essere colti germi di violenza, che però ancora non hanno messo le loro radici e non si sono trasformati in violenza vera

e propria, fisica in primis, ma anche psicologica.

In quest'ottica la comunicazione svolge un ruolo fondamentale.

Quanta consapevolezza ognuno di noi ha del fatto che in certe modalità comunicative che utilizza ci può essere una grande aggressività, che stimola meccanismi difensivi, di chiusura o reattivi? Quali ne sono le conseguenze sull'altro, sulla relazione?

La proposta di Laboratori di Co-

municazione apre a riflessioni di gruppo sulle proprie modalità di comunicazione e all'acquisizione di competenze che consentano il confronto e non lo scontro. In particolare, è importante capire anche le modalità con cui operano i Laboratori di Comunicazione dedicati espressamente agli uomini.

Sono infatti gli uomini che spesso, avendo differenti abilità comunicative e dialettiche rispetto alle donne, tendono a tenere quanto hanno da dire dentro di sé, chiudendosi o esplodendo in comportamenti aggressivi dei quali poco dopo spesso si pentono. ✍



da Werner, mediatrice familiare ed esperta di mediazione dei conflitti, perché l'essere uomini violenti non è una condanna da cui non si può uscire. Noi ci lavoriamo molto e siamo convinti che si possa fare qualcosa e vogliamo ascoltare esperienze che aprano delle prospettive nuove.

Partiamo allora anche dal faticoso racconto delle storie di uomini che hanno fatto del male alle loro compagne, e sono storie complicate, perché ci sono uomini che sono stati violenti sempre, ma non è solo così, a volte sono storie di uomini miti che sono stati violenti in un atto tragico di togliere la vita alla persona che amavano, perché non hanno saputo affrontare un abbandono, una depressione, una paura. Noi cerchiamo di affrontarle queste storie, senza giustificazioni, ma per capire. Io vorrei sempre spiegare, anche ai ragazzi delle scuole, che a volte temono che noi vogliamo in qualche modo "giustificare" certi comportamenti, che il male fatto non ha giustificazioni, ma è importante capire e aiutare a capire, perché capire che cosa può spingere una persona che non è mai stata violenta a fare dei gesti orrendi è un modo per cercare di guarire anche se stessi dalla possibilità di un gesto violento. ✍

Il coraggio di ascoltare le storie di uomini che hanno commesso gesti violenti verso una donna

di Ornella Favero

Apriamo ora un capitolo davvero difficile, perché il tema dei reati in famiglia, degli uomini violenti, uomini maltrattanti o uomini miti che perdono il controllo della loro vita e delle loro relazioni, è un

tema particolarmente faticoso, e poi è un tema che sembra sempre senza speranza, sembra che non sia possibile fare niente per fermare certi comportamenti. Noi abbiamo proprio invitato Fernan-

Sono naufragato, sono crollato di fronte alle esigenze di una persona che mi chiedeva di cambiare

di **Andrea Donaglio** – Ristretti Orizzonti

Il mio nome è Andrea, sono da cinque anni in carcere, dall'estate 2010, questa è la mia prima volta in carcere, ma il mio secondo istituto di pena in cui soggiorno. Vengo da una esperienza di detenzione nella Casa circondariale di Venezia, dove ho avuto la possibilità di vivere l'esperienza della redazione dell'Impronta, una esperienza molto importante che mi ha permesso di essere qui con un microfono in mano, voglio fare questa breve premessa per dare un ringraziamento pubblico a tutti i componenti esterni della redazione di Venezia che sono qui presenti fra di voi. Senza di loro non sarei qui, a parlare della mia storia e a far parte della redazione di Ristretti Orizzonti.

Io sono autore di un reato molto grave di cui attribuisco la responsabilità a una grossa incapacità di gestire le emozioni, emozioni che erano scaturite dall'incrinarsi di un rapporto sentimentale che avevo avuto con una persona da

sette anni. Le vicende che si sono succedute, l'evoluzione di questo rapporto hanno cominciato a far nascere tutta una serie di emozioni molto forti che pensavo che fossero superate dentro di me, legate alla paura dell'abbandono.

È una paura legata a un'esperienza che avevo avuto durante la mia infanzia, ed è riemersa prepotentemente, non sono riuscito a controllarla, assieme a questa è arrivato un senso di disperazione, di dolore incontenibile, facevo molta fatica soprattutto nei momenti in cui mi relazionavo con questa persona, facevo molta fatica a contenere quelle sensazioni, c'erano momenti che mi autocommisero, vedevo il fallimento della mia vita, anche perché mi ero costruito una vita su un certo tipo di immagine che volevo dare agli altri di me, ma che alla fine si è rivelata un'immagine fasulla, fondata sul niente o che comunque non aveva nessuna consistenza, perché io ero un'altra persona, non ero



quella che volevo far sembrare, mi ero raccontato una bugia per anni, l'avevo rafforzata pensando che questa bugia personale, rifugiarmi in essa sarebbe stata una fonte di sicurezza, e invece è stata tutt'altro. Si è rivelata, alla prova dei fatti, l'esatto contrario.

La disperazione cresceva in me, ho passato diverse settimane in queste condizioni, era sempre un crescendo, soprattutto mi veniva in mente quando mi confrontavo con questa persona, che non aveva fatto altro che manifestare delle sue scelte indipendenti, delle scelte lecite, giuste, corrette che però io non accettavo, non accettavo perché andavano a toccare tutta una serie di miei baluardi, di fondamenti del mio comportamento che erano in realtà totalmente infondati. Tutto questo significa depressione. Io nella vita mi sono sempre ritenuto una persona abbastanza attiva, ero una persona che tendeva però ad arrabbiarsi, all'ira, ovviamente senza commettere cose di rilevanza che potessero portare reati. Ho provato invece una depressione molto profonda, non dormivo la notte, una situazione molto difficile, un calvario, un inferno. Tutto questo crescere della depressione era in contem-



poranea con una crescita della rabbia che non si manifestava, perché vivevo da depresso, però dentro di me stava montando una rabbia che doveva essere sfogata contro la persona che ritenevo responsabile di questo mio stato d'essere, il mio stato d'essere che provocava un dolore emozionale che non riuscivo più a contenere si è trasformato in una rabbia con esiti tragici, di cui mi assumo tutte le responsabilità. Anche se prima ho citato un'esperienza infantile di "abbandono" che è stata una scelta dei miei genitori, io ai miei genitori non mi sento di rimproverare niente. Io dalla mia vicenda avevo la possibilità di uscire in un modo non cruento, come invece purtroppo ne sono uscito, però per poter uscire in un modo non cruento c'era da pagare un tributo di dolore emozionale che non ero disposto a pagare, perché significava sommare dolore a dolore. Invece facendo quello che ho fatto alla fine ho scelto un dolore enorme, se prima poteva essere un tributo di dolore che era solamente a carico mio, adesso è stato distribuito a tutti quanti, a cominciare dalla famiglia, potete immaginare la famiglia di una persona che muore di morte violenta come è stato per la mia compagna, potete immaginare che tipo di sofferenza provi.

Devo dire che alla base di tutto c'è stata la non accettazione, c'è stata una dimostrazione evidente di cattiva educazione alla gestione dei sentimenti, alla gestione delle emozioni. Sarebbe una cosa importante, che andrebbe insegnata anche a livello scolastico, non basta caricare di nozioni le persone



in un mondo tecnologico come il nostro dove sono richieste tutta una serie di informazioni per poter stare al passo con i tempi. Bisogna anche insegnare a vivere, io pensavo di farlo, io vengo da una vita regolare, una delle mie attività era fare l'insegnante delle scuole superiori, per 20 anni, e mai avrei immaginato di potermi comportare in questo modo, assolutamente, anche se me l'avessero anticipato non ci avrei mai creduto, ero convinto di poter anche andare al limite di tutta una serie di situazioni che potevano portare a situazioni estreme, ma ero convinto di potermi fermare prima, ero convinto di questo. Può essere un atto di arroganza, io lo identifico di più come superbia, e i fatti hanno detto il contrario, sono naufragato, sono scivolato, sono crollato di fronte a delle cose semplicissime, all'esigenza di una persona che mi diceva: no, stop fermati.

Qui sono state fatte delle citazioni molto belle, molto importanti di filosofi, voglio farne una anch'io che ogni tanto faccio incontrando i ragazzi nel progetto scuola/carcere che è la cosa più importante in assoluto che facciamo come redazione di Ristretti Orizzonti. Cito un aforisma che è attribuito ai nativi americani, i pellerossa, era un

popolo che viveva in un rapporto di profonda interazione con la natura, avevano imparato le leggi, i ritmi, la pazienza, aspettare i tempi, cosa che noi non riusciamo a fare come si dovrebbe. Loro dicevano una cosa secondo me molto importante: quello che non impari con l'intelligenza, e l'intelligenza è intesa come capacità di adattarsi alle situazioni che uno vive, che l'esperienza di vita gli presenta di volta in volta, quello che non impari con l'intelligenza la vita te lo insegnerà con il dolore. E io sono l'esempio più evidente di questa cosa qui. Il mio intervento vuole essere solo uno spunto di riflessione sul fatto che esperienze drammatiche sono purtroppo alla portata di tutti. Spero che questa mia esperienza, questo mio racconto stimoli in ognuno di noi la possibilità di lavorare dentro. Non voglio cercare assolutamente giustificazioni, mi attribuisco fino in fondo tutta la responsabilità di quello che è accaduto, non mi sento di attribuire niente a nessun altro. Però forse posso indurre a una riflessione forte, abbastanza approfondita, perché le esperienze della vita sono molteplici, e possono anche riservare degli aspetti che nessuno mai penserebbe di poter vivere. Grazie a tutti. ✍️



Quando le RELAZIONI FAMILIARI sono improntate a RAPPORTI DI DOMINIO

di Adolfo Ceretti

Come vedete Ornella e Ristretti Orizzonti hanno iniziato ad affrontare, non da poco, il tema del "dominio maschile", sul quale ha scritto pagine indimenticabili Pierre Bourdieu.

Il fatto che il rapporto maschio/femmina e le relazioni famigliari siano attraversate da forme di dominio è qualcosa che tutti noi sappiamo da tanto tempo. Quali "vertici" il dominio maschile possa assumere, oggi, qui, lo ha iniziato a raccontare Lucia. L'ultima testimonianza ha proseguito lungo quel percorso. Per approfondire ulteriormente questo argomento invitiamo ora Fernanda Werner, Mediatrice Familiare, responsabile del servizio MiMedi gestione dei conflitti e mediazione a Milano, Dottore in Tecniche Psicologiche per i Servizi alla Persona e alla Comunità, a svolgere le sue considerazioni su questi temi, che in configurazioni meno drammatiche incrociano la quotidianità di ciascuno di noi e investono l'importanza di ogni forma di comunicazione interpersonale. Quello che abbiamo pensato di chiederle è proprio una riflessione su quanta consapevolezza ognuno di noi ha del fatto che in talune modalità comunicative che si utilizzano ci può essere una (inconsapevole?) quota di aggressività che stimola, a sua volta, dei meccanismi difensivi, di chiusura o reattivi. Quali sono, allora, le conseguenze che questi atteggiamenti suscitano nei confronti degli altri? Noi sappiamo che spesso sono dei piccoli "non so che", degli sguardi, degli scambi di registro, dei paesaggi interiori che mutano improvvisamente nel corso della comunicazione con qualcuno a far sì che il registro di quella comunicazione possa trasformarsi. E quante volte, inoltre, ritroviamo in queste dinamiche delle evoluzioni tragiche, delle vere e proprie escalation violente dentro al parlarsi? 

Quando noi ci sentiamo "minori" sviluppiamo una grande rabbia

di Fernanda Werner*

Oggi abbiamo ascoltato Lucia Annibaldi, abbiamo letto il suo libro e ci siamo sentiti molto vicini a lei, la sua storia ci ha molto toccato, come potrebbe non esserlo. Poi abbiamo sentito Andrea e ugualmente siamo stati toccati, forse, soprattutto dal sentirlo così "normale". Leggendo il libro di Lucia e sentendo solo parlare lei (magari senza la parte di sua apertura, di sua empatia all'altro) ci verrebbe da dire che siamo con lei in tut-

to: ma chi è quel mostro che le ha fatto del male? Ma chi è quel pazzo? Ma chi è quella persona anormale? Come ha potuto farlo? Poi sentiamo Andrea e riusciamo ad essere vicini anche a lui e alla sua storia. Quello che io mi domando è: è possibile arrivare prima e intervenire nella normalità delle nostre relazioni? Perché è di questo che stiamo spesso parlando. Le condotte violente maturano dentro a delle relazioni che nascono come delle relazioni normali, ma poi si alimentano dei contrasti, dei dissidi, della non comunicazione e crescono quotidianamente le rabbie, i rancori e i risentimenti fino, talvolta, a episodi drammatici. È possibile immaginare di risalire nel tempo e trovare dei segnali da cogliere per poter cominciare da lì ad approntare dei rimedi? Forse la comunicazione, le modalità della comunicazione sono proprio



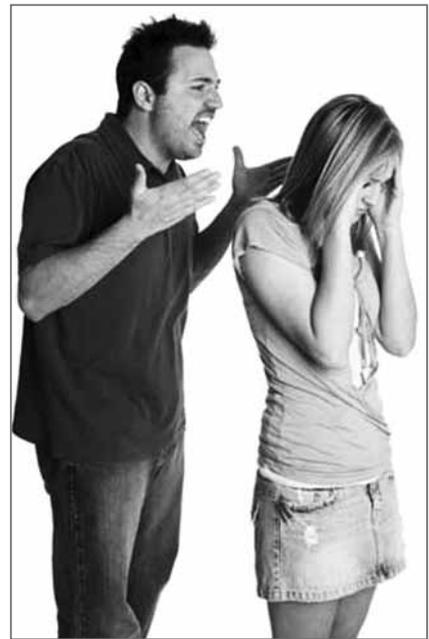
un qualche cosa di utile, io penso fondamentale, perché la comunicazione è una cartina di tornasole rispetto all'andamento della relazione, e ha un valore predittivo di quello che poi succederà. Quindi l'idea è quella di entrare dentro a questi meccanismi di comunicazione, è quello che abbiamo provato a fare nell'ultimo anno a Milano insieme a dei colleghi, è l'idea di proporre dei laboratori di comunicazione dentro alle relazioni affettive. Si immagina che i laboratori di comunicazione possano occuparsi di quel segmento che è proprio la presa di consapevolezza del fatto che dentro a certe nostre modalità di comunicazione

* Mediatrice familiare, responsabile del servizio MiMedi, Mediazione e gestione dei conflitti a Milano. Dottore in Tecniche Psicologiche per i servizi alla persona e alla comunità. Socia fondatrice dell'associazione Centro di Ascolto Uomini Maltrattanti – Sezione provinciale di Cremona

ci può essere il potenziale aggressivo che stimola, può stimolare, la difesa dell'altro. Siamo partiti da una chiave di lettura che è stata data da un'antropologa belga, Pat Patfoort, che ha teorizzato un modello, quello maggiore e minore, dicendo che quando siamo dentro alla relazione ci siamo con le nostre diversità, ma visto che tendiamo a ragionare in modo polarizzato: torto-ragione, con-contro, l'uno o l'altro, vinco o perdo, è possibile che, se siamo appunto diversi dentro alla relazione, io cercherò di far valere, di imporre le mie idee, i miei bisogni, i miei desideri, le mie aspettative, i miei modi di vedere le cose perché ritengo che siano giuste e che le tue siano sbagliate, perché ritengo che io ho ragione e tu hai torto.

Quello che diceva Andrea "non riesco a rispettare la sua scelta", io mi domando quanto prima avesse avuto modo di manifestarsi in modalità di comunicazione dove potevano essere anche altre scelte, piccole scelte del quotidiano, a non essere rispettate. Quindi quanto quello poteva essere un segnale di un desiderio di potere e di controllo dentro la relazione che impedisce all'altro, o mette in difficoltà l'altro e lo fa sentire, se vogliamo parlare con quei termini di modello maggiore o minore, lo fa sentire minore. Quando noi ci sentiamo minori sviluppiamo una grande rabbia, perché sentiamo

che i nostri bisogni non sono accolti: è naturale e istintivo per l'essere umano attivarsi a difesa dei propri bisogni, e visto che i bisogni non sono solo quelli fisici, ci sono anche quelli psichici che sono quelli di essere riconosciuti, di essere apprezzati, di essere valorizzati, di avere la sensazione di contare, nel momento in cui non ho la forza per negoziare le mie scelte dentro alla relazione, e quindi mi adeguo prevalentemente alle tue, e ti sento molto "maggiore", può essere che io mi senta appunto molto minore e che reagisca istintivamente a difesa di questi bisogni che non mi sembra che siano accolti dentro alla relazione. Mi sento di dire che utilizziamo delle grandi parole, dei grandi concetti, dei grandi pensieri, ma poi l'"istinto", quello naturale, l'impeto nasce anche da banali modalità di comunicazione, cioè io mi posso sentire minore se sento che tu mi dici le cose sempre ordinandomele, mi dai tutta una serie di consigli, sempre da saccente, mi riempi di parole e io non riesco ad avere spazio per dire le mie, perché quando voglio dirle tu non le reggi, vai, ti allontani, ti distrai, trai conclusioni immediate da quello che io dico e non si riesce a confrontarsi, mi posso sentire minore quando io ho tutta una serie di domande che non riescono ad avere delle risposte, non ci sono chiarimenti, ci sono solo dei silenzi.



In questi laboratori di comunicazione partiamo proprio da qui, quindi da qualcosa terra terra nel modo, poi i contenuti sono molto forti: cerchiamo di considerare quali sono per ognuno le modalità in cui si sente minore, i modi di comunicare dell'altro a partire dai quali uno si sente minore, e quali sono i modi maggiori che noi abbiamo di relazionarci con gli altri, e quindi quali possono essere le reazioni dell'altro di fronte ai nostri modi di comunicare maggiore. Questo è qualche cosa che per gli uomini è molto difficile, la scorsa settimana all'inizio di un laboratorio, un uomo ha detto "beh, ma in fondo se io urlo, qual è il problema?" e penso che forse in tanti ci stiamo domandando che in effetti può non essere un problema. È molto difficile in particolare per gli uomini prendere considerazione di questo: riuscire a mettere in relazione certi atteggiamenti che per loro sono fastidiosi e incomprensibili, per esempio della compagna, certi nervosismi, certe scontrosità, certe irritazioni, oppure dei figli, "mi evita, mi risponde male" con comportamenti propri, è difficile contemplare l'ipotesi che possano essere una conseguenza. Ecco allora che cominciare a parlarne, avendo la possibilità di parlarne non perché sei un mostro, seguire dei laboratori di comunicazione molto molto prima, proprio per prendere un po' più di coscienza,



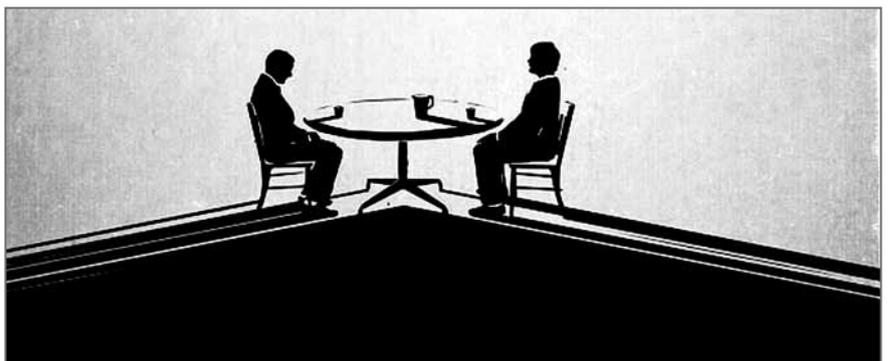


può essere molto utile. Oltre ad individuare quali sono le modalità che maggiormente ci fanno scattare perché ci sentiamo subito toccati nella nostra posizione minore, il passaggio successivo è quello di analizzarla, questa posizione, e cioè capire cos'è che mi fa sentire minore, come mai mi sento minore dentro a questa relazione, come mai mi sento minore di fronte a quell'episodio e quindi comincio ad avere presente l'episodio, a rendermelo chiaro nella mia testa e a separarlo da quelli che sono i miei sentimenti in una prima fase. La nascita dei sentimenti negativi e della rabbia e di tutto quello che ruota intorno alla rabbia, è frutto non direttamente del fatto, ma di una interpretazione che spesso diamo del fatto, e normalmente è una interpretazione unica, abbiamo poca apertura verso interpretazioni diverse, quindi questo è un primo passaggio. Poi c'è il fatto di riconoscere, provare a riconoscere quali sono questi sentimenti che l'interpretazione di quel fatto ci ha scatenato, riconoscerli, nominarli e provare a legarli con i bisogni insoddisfatti che li evocano. Un sentimento negativo, è stato

detto anche stamattina, si lega a dei bisogni che non sono soddisfatti. Se io riuscirò a fare questi passaggi nella mia testa, riuscirò probabilmente a trovare la possibilità di comunicarli all'altra parte avendo sviluppato molta più riflessività e riuscirò a fare delle richieste che risultano diverse dalla sola reazione istintiva e impulsiva. Andrea ha detto un'altra cosa, ha detto "le scelte che io non accetto e che attribuisco a lei, è lei che mi lascia". Questo è un qualcosa ancora che ritroviamo molto spesso e cioè il fatto della tendenza dell'uomo a ritenere responsabile del proprio benessere emotivo la donna, la compagna. Quindi se io mi sento a disagio per una certa situazione, per esempio perché mi



sento minore in una conversazione dove riconosco alla donna capacità dialettiche, abilità di sapermi portare dove lei vuole, rispetto alle quali mi sento indifeso, nella circostanza in cui lei mi sollecita in una discussione per qualunque problema della vita familiare e io mi sento a disagio, se non riesco a riconoscere quali sono i sentimenti che stanno dietro a questo disagio, e quindi per esempio il mio senso di inadeguatezza, perché non sono abituato a farlo, non riesco neanche ad assumermene, o a cominciare ad assumermene, la responsabilità. Quindi per me esiste solo il fatto che tu mi stai provocando una sensazione di malessere, quindi la devi smettere e quindi reagisco istintivamente per farti smettere; ci può essere una reazione diretta oppure una sottrazione, io la mia rabbia posso esprimerla anche allontanandomi, mettendo dei muri tra me e te, chiudendomi, non affrontando la situazione, salvo poi, a un certo punto, esplodere. Grazie. ✍️



Un dialogo tra la redazione di Ristretti e Carlo Riccardi e Federica Brunelli, mediatori penali

di Ornella Favero

Carlo Riccardi e Federica Brunelli sono due mediatori che lavorano da anni con la nostra redazione su questi temi, perché quando noi andiamo nelle scuole e naturalmente portiamo queste storie pesanti, poi dobbiamo anche avere la capacità con i ragazzi di ragionare non solo sulle testimonian-

ze delle persone detenute, ma anche sulla sofferenza delle vittime, su chi il reato lo subisce. Però ragionare in un modo diverso da quello che è il dibattito, misero e incattivito, sulla giustizia nel nostro Paese, perché i concetti che portano Carlo Riccardi, Federica Brunelli e Adolfo Ceretti sono i concetti di una giustizia che ripara. Noi qui abbiamo sentito una

giustizia che punisce, la faccia cattiva della giustizia, il regime del 41bis, che non può essere giustificato dal fatto che le persone hanno commesso dei reati gravissimi, nessuno qui minimizza le responsabilità, ma io credo che la giustizia che al male risponde con altrettanto male sia una realtà triste e inadeguata. Allora con Carlo e Federica e Adolfo lavoriamo da anni sull'idea di giustizia che ripara i disastri, che aiuta a ripararli, a ricucire lo strappo che il reato crea nel tessuto sociale. Adesso loro dialogheranno con la redazione di Ristretti Orizzonti. ✍️

Federica Brunelli: Buongiorno, dopo aver sentito le relazioni che ci hanno preceduto, questa parte della Giornata la costruiamo insieme, dato che non ci siamo preparati un canovaccio preciso; abbiamo deciso di osservare l'andamento della giornata per poi calibrare anche questo momento conclusivo.

Cosa vuol essere questo momento conclusivo? Vuol essere la possibilità di raccontarvi un piccolo percorso che abbiamo fatto insieme alla Redazione a partire da gennaio in vista di questo appuntamento. L'idea è quella di restituirvi qualche frammento di un lavoro molto più ampio e più complesso

sul tema della rabbia che abbiamo costruito, lavorando con le persone della redazione e con Ornella, elaborando un piccolo segmento di pensiero sul tema.

Io e Carlo, quotidianamente, lavoriamo nell'ambito della mediazione reo-vittima; operiamo con vittime e autori di reato proponendo degli spazi dialogici in cui provare ad attivare dei percorsi di riconoscimento e di riparazione, fra chi ha subito un'ingiustizia e chi l'ha commessa.

Oggi, però, partiamo da altro e specificamente da una breve poesia contenuta in una raccolta che si chiama "Rime di rabbia", è stata scritta da Bruno Tognolini, che è

un autore di testi per l'infanzia e ha vinto il premio Andersen con questa pubblicazione.

Che cosa dice questa poesia? Leggiamola: *"Mi fermo e guardo in su. Lo so che non ho ragione. Mi fermo e guardo in giù. Però ho tantissima rabbia. Sto zitto e ascolto il cuore. Lì dentro ruggisce un leone. Respiro e sento un odore. Quel leone fa puzza di gabbia"*.

Questa poesia, diciamo così, si ri-allaccia a questo leone che ruggisce e questa puzza che sento, che è una puzza di gabbia, e ha molto a che vedere con alcune delle parole che adesso proveremo a nominare. Abbiamo lavorato un po' come fa questa poesia, cioè, provando a partire da un'esperienza *individuale*. Il poeta, probabilmente, quando ha preso la penna è partito da qualcosa che gli appartiene, lo ha descritto, ha usato delle parole evocative, ci ha dato un testo e noi che leggiamo attraverso quell'esperienza *individuale* abbiamo potuto passare ad un'idea più generale, che è quella della rabbia. In sostanza, siamo entrati dentro a questa parola, generalizzandola ma ricalandoci quasi immediatamente nella nostra esperienza *individuale*; da qui l'idea che attraverso la storia di un *altro* io possa incontrare un tema, generalizzandolo, per poi ri-declararlo nella mia storia.

Simile è stato il nostro lavoro con la Redazione che provo a delineare





partendo da alcune parole prese nel corso della mattina. La prima è la parola **ascolto**. Noi abbiamo cercato di costruire insieme uno spazio di ascolto per accogliere delle narrazioni su delle esperienze individuali di rabbia. Abbiamo aperto uno spazio perché ciascuno potesse narrare un'esperienza individuale in cui ha provato rabbia cercando di seguire le regole della mediazione; quindi non abbiamo immaginato uno spazio connotato in termini "terapeutici", ma come qualcosa di più semplice, uno spazio di mediazione non giudicante, facendo lo sforzo di provare ad intenderci senza giudicarci. Condividiamo quindi uno spazio confidenziale. È stato anche uno spazio di autoriflessione e per sostare su un'emozione; attraverso la narrazione del "che cosa

mi è successo quella volta" è come se avessimo fatto una piccola sosta su questa emozione, cercando di collegare un'esperienza alle sue conseguenze nel *mio* mondo, nel mondo singolare di ciascuno.

Da quanto stiamo dicendo, potete capire che il lavoro svolto ha approcciato la rabbia non tanto da un punto di vista teorico e astratto: non ci siamo chiesti "che cos'è la rabbia", ma – più importante per noi – "che cosa mi accade quando la vivo, quando la provo".

Queste esperienze individuali e personali le abbiamo inserite in un contesto di gruppo – la Redazione – che ha consentito a ciascuno di prendersi uno spazio per sé, ma anche di ascoltare il punto di vista dell'altro sulla rabbia. Ne è emerso un quadro molto ricco e variegato, che ci dice che per le persone della

Redazione la rabbia è per ciascuno qualcosa di diverso: non abbiamo quindi accomunato tutte le narrazioni cercandone i punti di contatto ma, al contrario, si è cercato di mantenere le diversità. Che la rabbia sia per ciascuno qualcosa di diverso l'abbiamo ricollegato a quello che Adolfo Ceretti ci ricorda sempre - cito le sue parole: "Ciascuno di noi è un cosmo e ciascuno di noi sente le cose in un modo diverso, parla in modo diverso, le esprime in un modo particolare, vede le cose in modo diverso, e le nomina con le proprie parole". In tal senso abbiamo cercato non di "universalizzare" il discorso ma, accettando la *singularità*, di marcare le differenze. Le domande che ci hanno guidato e che abbiamo proposto sono poche. Nello specifico abbiamo scelto di "indagare" il vissuto emotivo che accompagna il "sentire la rabbia", per poi passare al tentativo di descrivere degli episodi in cui ho espresso la rabbia mediante delle azioni violente, distruttive verso le altre persone e cose, per concludere con il tentativo di descrivere, invece, delle situazioni in cui non ho espresso la rabbia con azioni distruttive violente verso le persone e verso le cose.

In particolare, dopo aver nominato alcune di queste esperienze, ci siamo domandati perché in un caso abbiamo agito distruttivamente e in un altro no; e ci siamo anche chiesti se esiste una rabbia positiva, cercando di trovare delle parole per nominarla e per descriverla. E ancora, abbiamo riflettuto se sia possibile e come si possa



fare a veicolare la rabbia, quindi non ad eliminarla dalle nostre costellazioni emotive ma ad agirla in modo simbolico; una rabbia quindi che possiamo degnamente provare ma che poi riusciamo a non rendere distruttiva.

Ma come facciamo - e qui uso un'altra espressione cara ad Adolfo Ceretti - a "disinnescare" la miccia quando proviamo la rabbia? Provo questa emozione, riconosco che è degno che la provi e faccio in modo che gli altri mi riconoscano questa dignità; ma come faccio a togliere la miccia? Capire se la rabbia può essere agita in modo simbolico e se può essere veicolata; questo è lo snodo centrale. Quello che è emerso è un flusso di parole - che adesso **Carlo Riccardi** prova a descriverci - che ha unito tutte queste domande.

Carlo Riccardi: Prima di leggervi le parole significative che sono scaturite dal nostro lavoro con la Redazione, desideravo dire una cosa che mi sta a cuore e che fa parte dei nostri discorsi e delle nostre riflessioni. Non possiamo non ascoltare le parole della rabbia di coloro che sono detenuti qui ma, allo stesso modo, non possiamo dimenticarci delle parole della rabbia di coloro che non sono qui e cioè delle vittime dei reati - oggi rappresentate da Lucia Annibali - parole altrettanto importanti da considerare. Il lavoro con la Redazione di Ristretti Orizzonti è sempre estremamente significativo proprio perché questo è un luogo che contiene gli uni e gli altri, i rei e le vittime, in un discorso inclusivo. Tutto ciò è imprescindibile per quello di cui noi ci occupiamo perché per immaginare una giustizia che ripara - la giustizia riparativa appunto - non dobbiamo mai dimenticare che le parole di rabbia dei detenuti devono intersecarsi virtuosamente con le parole di chi ha subito le azioni delittuose: lo dico a voi per ricordarlo a me.

Durante la mattina ho sentito, tra le altre, un'espressione molto interessante, quando Michela Marzano ci ha detto che l'altro lo dobbiamo accettare per quello che è, non per quello che dovrebbe es-



sere. Se questa riflessione ci porta a una visione "evoluta" dell'alterità, spesso accade che noi trasliamo sugli altri i nostri schemi di funzionamento; è come se noi ritenessimo che gli altri funzionino con le stesse nostre modalità. Ciò ci porta a dare quasi per scontato che il significato che io attribuisco ad alcune parole, sia lo stesso che alle stesse parole viene attribuito dagli altri: così facendo, senza cioè capire chi è l'altro, cosa pensa, cosa dice, come lo dice, restiamo in una sorta di rapporto di conoscenza virtuale dell'altro fondato sulla rappresentazione e sulla proiezione che ne facciamo. L'idea che abbiamo voluto porre alla base di questa esperienza, di questo lavoro svolto con la Redazione che vi stiamo presentando, è proprio quella della ricchezza racchiusa nella varietà di significati legati a una parola, la rabbia, appunto.

Prima di iniziare questo dialogo con i rappresentanti della Redazione qui seduti, provo a nominare le parole significative legate alla rabbia che sono scaturite durante i nostri incontri e dalle domande che Federica ha citato poco fa.

Parto dalla prima di queste domande e cioè: "Che cosa ho provato quando ho sentito rabbia e l'ho agita con un'azione distruttiva?". Le parole significative, che abbiamo considerato come simboliche del narrare la rabbia, sono state: **l'impotenza**, la **paura**, il **bisogno di verità**, la **solitudine**, "**si spegne la luce**", il **disprezzo** che si prova

quando non c'è un rapporto tra persona e persona, ma l'altro diventa un nemico. Io sento questo disprezzo e reagisco con la rabbia distruttiva. Altre parole significative sono state la **frustrazione**, il "**sentirsi con le spalle al muro**", che è quella sensazione che consente alla rabbia di impossessarsi di me quando non ho la soluzione a un problema che mi mette in crisi. E ancora, **l'invisibilità**, quando non mi sento considerato come un *io*, come una *persona*, **l'indignazione**, **l'impossibilità di dire**, che scatena la rabbia, che diventa una forza che ti guida, quando non hai più *null'altro da dire e allora fai*; quando non sei più in grado di argomentare e quando per la rabbia non puoi più fare una narrazione razionale e allora agisci. La rabbia è anche l'incapacità di ascoltare e la rabbia è anche l'esplosione incontenibile di quando, per tanto tempo, la tieni tutta nella pancia nell'attesa che trovi una via d'uscita, spesso distruttiva.

Ecco, queste sono, seppur riassunte, le modalità di narrare la rabbia, sono i significati interiori - tradotti in parole - che la rabbia assume per i singoli; questo è un esempio dell'esperienza individuale che ciascuno di noi mette in atto quando vive un'esperienza. Se quindi vogliamo incontrare l'altro - e lo vogliamo incontrare in questo caso nella propria, singola, esperienza della rabbia - possiamo incontrarlo attraverso la *sua* narrazione che ci permette di ascoltare cosa è per

lui/lei la rabbia e come agisce nel suo mondo.

Quello che, secondo noi, diventa imprescindibile è intercettare il *singolare* che ognuno di noi usa quando narra la propria esperienza che non sarà l'esperienza di un altro, semplicemente perché io non sono l'altro. Su questa "pluralità di singolari" si sviluppa il nostro lavoro di mediazione.

Accennando a questo singolare, volevo iniziare questo dialogo dando la parola a Lorenzo rispetto a questo tema e cioè a questa rabbia agita con un'azione distruttiva, legata a questa impossibilità di dire qualche cosa che ti ha fatto arrabbiare.

Lorenzo Sciacca: Essendo detenuto, la possibilità di dire le proprie ragioni spesso viene, non dico negata, ma sicuramente limitata. E questa impossibilità di dire porta della rabbia. La rabbia che uno anche a volte cerca di reprimere, ma poi spesso il reprimerla diventa frustrante fino ad arrivare a un punto di rottura che sfocia anche in un'esplosione. Io posso fare un esempio, magari posso avere un conflitto e tenermi della rabbia contro un agente, un rappresentante dell'istituzione all'interno del carcere, tenermela per me e poi andarla a sfogare verbalmente sul mio compagno di cella, che

è la persona più vicina che ho. Io lo faccio spesso e volentieri con il mio compagno di cella, però delle volte mi dimentico che anche lui è una persona arrabbiata come me. Dunque io scarico la mia rabbia a mia volta ad un'altra persona arrabbiata, che pazientemente in quel momento mi ascolta, ma sicuramente dentro di lui qualcosa la mia rabbia lascia, qualcosa crea. E ripeto è anche lui sempre una persona arrabbiata come me.

Qamar Abbas Aslam: In carcere ci sono tanti momenti in cui ti viene la rabbia, però io quello che ho imparato facendo questo percorso con le scuole che entrano in carcere, facendo incontri in redazione insieme ai mediatori è che se io reagisco con quella rabbia, può accadere di nuovo quello che io ho fatto già e mi ha portato in carcere. Io ho commesso un reato gravissimo, un omicidio durante una rissa. Avendo fatto quell'atto rabbioso, pur essendo una persona che di solito viveva tranquillamente, ho capito che se reagisco come ho reagito già prima, può accadere di nuovo quello che è accaduto nella mia vita, nel percorso della mia vita, che io prima non avrei mai pensato di poter fare. Purtroppo è successo e sono responsabile dei miei atti. Però facendo questi confronti sia con gli studenti, sia con

persone esperte, quello che io ho capito personalmente è che quando reagisci con rabbia rovini la tua famiglia e anche la famiglia dell'altro, della vittima. Io per il reato che ho commesso sono in carcere da sette anni, la condanna che devo scontare è di quindici anni. Quando fui arrestato avevo appena vent'anni, penso che quelli sono davvero i migliori anni della vita che vengono persi qui in questa struttura. E poi c'era una persona che è stata uccisa e non c'è più, ci sono i suoi famigliari, i suoi figli. Quando riesci a capire le conseguenze del male fatto, quando arrivi alla consapevolezza di quel male, allora ci pensi tre volte prima di reagire con la rabbia e di cedere all'impulso che ti viene dall'ira che ti scatta nella testa. Invece se non facevo questo percorso magari sarei diventato peggiore di come ero quando sono entrato in carcere.

Carlo Riccardi: Credo sia importante fare una brevissima riflessione sul fatto che non stiamo dicendo che non esista un "diritto" a provare la rabbia; tutti noi la proviamo e non mettiamo in discussione quello che in redazione chiamiamo un "diritto ad essere arrabbiati". Il punto in cui questo discorso naufraga si presenta quando questa rabbia traduce i suoi effetti in un'azione distruttiva, come ben sottolineava Qamar.

Accanto agli agiti rabbiosi, abbiamo anche capito, abbiamo anche visto, che non sempre dalla rabbia origina un comportamento distruttivo. Abbiamo quindi provato a riflettere insieme su quali siano le differenze, cosa ci sia di diverso nel momento in cui una rabbia che io sento, io provo, si ferma un attimo prima: cosa mi dico in quel preciso istante che la volta prima non mi sono detto - o mi sono detto in modo diverso - e che mi ha fatto agire in maniera distruttiva. Ci sono situazioni in cui io provo rabbia, ma mi fermo e non agisco l'azione distruttiva, oppure quei casi in cui io provo una rabbia che abbiamo definito spesso con Carmelo Musumeci "positiva".

È fondamentale capire che cosa sia



accaduto che mi ha consentito di arrestarmi dal compiere un'azione distruttiva: a volte è proprio la possibilità di dire, la possibilità di parlare, cioè quando io posso dire, quando io posso parlare sento che la possibilità di compiere un'azione distruttiva diminuisce. Oltre alla possibilità di *dire*, gioca un ruolo importante anche l'essere ascoltato, la possibilità che ho di pensare all'altro, di introdurlo nel mio orizzonte. Ecco che la mia rabbia trova una possibilità di essere frenata proprio dal fatto che esiste un altro, un altro, però, che io *vedo*, un altro che diventa parte integrante del mio punto di vista, allora rifletto. Mi fermo dall'azione perché ho riflettuto, perché non mi conviene; detto altrimenti, ho riflettuto sulle conseguenze e ho avuto un tempo per pensare. Oppure mi astengo dall'agire perché non posso. Volevo agire in maniera distruttiva la mia rabbia ma non ho potuto perché ero detenuto; avevo qualcosa da perdere. Il contenimento del carcere evita e contiene la rabbia, anche se poi questa mattina abbiamo sentito anche parole differenti. La rabbia è stata contenuta, con l'autocontrollo, quando sento che agire sarebbe un abuso sull'altro, oppure quando riesco a smaltirla. È stato fatto un esempio: quando un compagno di cella ci ascolta - torna il tema dell'ascolto - oppure quando io posso vivere un confronto con gli altri, le cose cambiano.

Proseguendo in questo dialogo vorrei chiedere a Carmelo di provare a proporci alcuni spunti da condividere su un punto che tu più volte hai affrontato: questa rabbia positiva, ma anche questa rabbia che certe volte però non viene agita in un'azione distruttiva ma che viene contenuta.

Carmelo Musumeci: Sì un po' come dicevo stamattina, io credo che ci sia una rabbia buona, e una rabbia cattiva. Io debbo dire che il mio primo amore è stata proprio la rabbia che mi ha in seguito portato in carcere. Però è accaduto che una volta in carcere non avevo molta autostima, ma poi vedendo che i miei "educatori" spesso non

erano migliori di me, è scattata quella rabbia positiva, una specie di motore che mi ha portato a cercare di migliorare. Una rabbia che è anche di solidarietà, nel senso che uno vede il proprio compagno che subisce degli abusi e incredibilmente ti scatta una rabbia e succede che tu l'abuso riesci a sopportarlo, però ti viene più rabbia se vedi che l'abuso è verso un tuo compagno che è probabilmente più debole di te e non si può difendere.

Succede pure che, quando devo sostenere un esame universitario tosto, io devo cercare, anche se sono chiuso nella mia cella, anche se non ho l'aiuto di nessuno, di dimostrare alla società che io posso essere migliore di loro. Quindi scattano questi meccanismi, quando mi è capitato in certi regimi duri che non mi davano i libri perché avevano la copertina rigida, quando mi mettevano delle difficoltà proprio anche nello studio, scattava in me una rabbia verso le istituzioni, verso il sistema.

Allora quella rabbia mi spingeva a migliorarmi, questo tipo di rabbia diciamo "positiva", che ti dà dignità, che ti dà energia per superare i momenti brutti e che ti porta a migliorarti. Ovviamente è difficile perché a volte si rischia di superare il confine, ma io distinguo bene la rabbia dall'ira o dall'odio, la rabbia può essere una cosa positiva, però non bisogna mai assolutamente superare il limite, cioè è bene provarla ma solo in una maniera che ti può portare avanti per farti superare le difficoltà della vita.

Carlo Riccardi: Quanto dice Carmelo è ricco di suggestioni e apre a uno scenario diverso rispetto alla diade rabbia-distruttività. C'è però un elemento che rende le cose complicate: noi non possiamo sapere quando arriva il momento nel quale, *solo un attimo dopo*, supereremo il confine. Proprio in queste terre di valico noi stiamo cercando di lavorare, perché il confine di cui parliamo rappresenta lo snodo centrale verso il quale si devono muovere tutti i tentativi di rilettura degli accadimenti quotidiani, tipo quello che stiamo raccontan-

do; percorsi di autoriflessività che hanno come oggetto *chi sono io, come funziono* ecc. e che servono per capire - o per avvicinarci a comprendere - quando questa soglia che si sta per varcare sta arrivando. Effettivamente, come dice Carmelo, esiste la rabbia positiva, ma, purtroppo, nessuno di noi sa quando arriva quel giorno, quel minuto, quel secondo, in cui noi non riusciamo a fermare il nostro comportamento varcando la soglia.

Ulderico Galassini: Io invece provo a dire qualcosa di diverso, e cioè il fatto di essermi arrabbiato con me stesso dopo che ho commesso un reato, dopo che ne ho avuto la consapevolezza, anche perché prima io ho sempre evitato di lasciarmi andare alla rabbia, forse per l'educazione e i modelli di vita della famiglia dove sono nato. La mia famiglia ha costituito per me un esempio, ma poi anche nel mio lavoro io ascoltavo sempre gli altri, cercando di dare loro delle risposte immediate e quindi di evitare qualsiasi conflitto. Purtroppo invece a un certo punto non ho percepito la situazione di depressione in cui mi trovavo, e ho agito in modo incomprensibile. La rabbia è venuta dopo perché non sono stato capace di capire che cosa ha fatto scatenare la volontà di provocare la distruzione di una famiglia, come ho fatto a non accorgermi di quello che succedeva nella mia testa, per cui poi io ho causato la morte di mia moglie, ho tentato di uccidere mio figlio, e di uccidere me stesso.

Ora che sono rimasto solo con mio figlio è ancora più difficile farmi una ragione di quello che è successo e c'è in più quella rabbia dentro di essere riuscito ad arrivare a quel punto, perché non c'era una motivazione specifica, non c'era un conflitto, e quindi un atto come quello che ho commesso io diventa più difficile da accettare e crea una situazione di disagio insopportabile. Io la parola rabbia l'ho sempre considerata eccessiva, l'ho vista con fastidio e insofferenza, e la mia vita l'ho sempre gestita rinunciando magari a reagire

piuttosto che andare a uno scontro, perché lo scontro l'ho sempre considerato una cosa negativa, e quindi preferivo perderci a volte anche dal punto di vista personale, ed economico, pur di mantenere una tranquillità nel contesto familiare.

Però la rabbia si è fatta presente dal mio risveglio dopo il gesto tragico che ho compiuto in poi, prima ho sempre avuto tanta pazienza e tanta capacità di ascolto, ma purtroppo nonostante questo io sono arrivato a compiere un gravissimo reato.

Carlo Riccardi: Le parole di Ulderico – che mi sembra dialoghino anche con i suoi mondi interiori – ci permettono di introdurre il terzo punto, cioè la terza domanda: se noi dobbiamo o possiamo frequentare la nostra rabbia, la frequentiamo, la tocchiamo, la conosciamo, ci sono anche dei momenti in cui la agiamo. Finora abbiamo parlato di un agito distruttivo; in Redazione abbiamo provato ad affrontare anche il tema dell'accettabilità dell'agito rabbioso. Cosa succede nelle situazioni in cui veicola la rabbia, quando non l'agisco



in modo distruttivo ma la veicolo, la vado ad incanalare in modo accettabile, oppure la agisco ma in un modo simbolico, quindi non l'agisco nell'azione distruttiva, ma l'agisco simbolicamente.

Queste le parole.

Qualcuno ha detto che per veicolare la rabbia o per agirla in un modo simbolico è necessario fare un gesto, che è un gesto di rabbia ma non di aggressione. Con quel



gesto posso agire la mia rabbia ma senza aggredire l'altro e questo evita la distruttività dell'azione. L'altro esempio che è stato portato è relativo all'agire simbolicamente la mia rabbia nello scritto: ce l'ha detto questa mattina Andrea: "io scrivo, scrivo quelle lettere piene di rancore, piene di rabbia che poi spedisco per allontanarle da me". Questo è un modo simbolico per agire la rabbia che appartiene però ad alcune persone, ma non a tutte. Per altri è il confronto. Ricordo solo, legandole, le parole di pochi minuti fa quando si diceva della rabbia distruttiva connessa all'impossibilità del dire. Ecco che, per qualcuno, il confronto in Redazione – o più in generale la possibilità di confrontarsi con l'altro – dà modo anche di agire simbolicamente la rabbia e quindi di renderla accettabile, di viverla senza lasciarsi travolgere.

Un altro modo per veicolare la rabbia, più che agirla simbolicamente, risiede nell'allenarsi a sopportarla. Chi l'ha veicolata con questo allenamento, per esempio, ha riso; il ridere in un momento rabbioso rappresenta l'azione che libera dalla possibilità di agire in maniera distruttiva. Oppure di aggirarla verbalmente ma non fisicamente, quindi si dice che agire la rabbia verbalmente dia la capacità di non farla agire poi in maniera fisica oppure – e questo è un discorso interessante che aveva fatto se non ricordo male Sandro – di continua mediazione tra la rabbia e la pazienza.



Volevo continuare nel nostro dialogo chiedendo se qualcuno voleva dire qualcosa sulla propria esperienza di un agito simbolico della rabbia.

Erion Celaj: Io mi sento un po' in difficoltà perché ultimamente quando si è discusso in redazione si è parlato un po' sempre del tema "rabbia-pazienza", sulla rabbia, a un certo punto io ho detto: il fatto che io ho intrapreso un certo percorso carcerario, dove la mia rabbia non è più il motore di un agito violento, ma cerco piuttosto che il mio sia un agito costruttivo, mi ha posto dei dubbi. Oggi come oggi io non so se sono diventato più paziente o sono diventato più codardo, nel senso che non esprimo determinate cose che comunque sia vanno dette e gridate per le carceri italiane. Penso anche una cosa, che comunque sia non dimentico, non ce la faccio a dimenticare la mia rabbia, quella rabbia che io mi sono portato dentro quando per esempio mi sono visto in isolamento, mi sono visto sanzionato per delle regole che comunque sia spesso sono le istituzioni per prime a non rispettare. Sono arrivato in carcere da ragazzo arrabbiato e ragazzo difficile, poi ci sono cresciuto in carcere perché oggi, a trentun anni, ne ho fatti quasi dieci, di anni di galera. A un certo punto oggi che ho trentun anni mi sono domandato: ma sono diventato io più furbo degli altri detenuti che sono arrabbiati, però non sono riusciti ad arrivare ai risultati a cui sono arrivato io? perché se poi sono arrivato davve-



ro ai permessi premio, che prima erano impensabili per me, allora cos'è successo se la mia rabbia tutto d'un tratto si è indirizzata nel modo giusto? cioè non penso di essere un fenomeno, sono un ragazzo semplice che ha fatto tutti i suoi errori in carcere. Però in questo caso qualcosa c'è stato di diverso, c'è stato il momento in cui la mia rabbia l'ho potuta riversare verso qualche cosa di costruttivo, e quindi la mia rabbia è stata costruttiva e mi ha permesso di ottenere quello che io penso tanti potrebbero ottenere.

Io mi ricordo però sempre di quanti detenuti invece sono trattati con un "contenimento chimico", riempiti cioè di psicofarmaci, o quelli che stanno a non fare niente dalla mattina alla sera. Questo mi fa arrabbiare ancora oggi, e lavorando con Ristretti Orizzonti però cerco di essere arrabbiato in modo diverso. Oggi come oggi cerco di fare anche qualche cosa per quei detenuti che sono meno fortunati di noi, perché se ci sono dei progetti dove si può incanalare la rabbia, allora qualcuno può anche trovare uno sbocco, una via d'uscita che sia meno complicata e violenta di quelle che tanti di noi hanno sperimentato sulla propria

pelle, come risse, isolamenti e tante altre situazioni di disagio che non si possono dimenticare.

Federica Brunelli: Direi che possiamo avviarci a chiudere e lo facciamo dando la parola ad Adolfo Ceretti, credo che questi scambi abbiano permesso di capire a che domanda siamo arrivati, la domanda è come possiamo sempre di più ridurre gli effetti negativi e distruttivi del sentimento della rabbia senza perdere la dignità di queste emozioni, la dignità di viverla di provarla di frequentarla. È qui che siamo arrivati.

Adolfo Ceretti: Io mi asterrò da qualsiasi commento, da qualsiasi ulteriore parola perché sto empatizzando col pubblico. *Sento* la vostra stanchezza, perché sono stati espressi tanti pensieri profondi, e c'è un limite all'ascolto di così tante parole difficili.

Prima di congedarmi vorrei però, ancora una volta, dare a Ornella il tributo che si merita, anche perché questo è l'unico carcere in Italia – e qui il merito va condiviso anche con la direzione del carcere, tutti gli operatori e la Polizia penitenziaria – dove le persone recluse in Alta Sicurezza possono partecipare a questo genere di attività. Io non so se per voi è chiaro che cosa significhi tutto questo. Alta Sicurezza significa spesso essere seppelliti, vivi, in una cella. Qui, invece, alcuni detenuti in Alta Sicurezza partecipano a quei momenti **dialogici**, dei quali ci ha parlato così mirabilmente, tra gli altri, Michela Marzano.



È importante che le Istituzioni mostrino la faccia di UNO STATO CIVILE CHE SA ASCOLTARE

di Ornella Favero

Immagino che siate tutti logorati perché è stata una giornata faticosa. Intanto vorrei ricordare una cosa, Adolfo ha parlato dell'Alta Sicurezza, in realtà credo sappiate che in questo carcere c'è un grande problema, proprio il circuito dell'Alta Sicurezza. Questo è uno dei pochi carceri in cui nelle sezioni di Alta Sicurezza si rispettano le persone, si ridà loro dignità e si pensa che abbiano diritto di fare un percorso. Hanno diritto anche di fare un percorso di cambiamento, è fondamentale questo, perché le sezioni di AS1 soprattutto sono un po' in tutta Italia dei ghetti in cui le persone restano per forza uguali a se stesse. Ma come vo-

gliamo che le persone cambino se sono chiuse in un ghetto a non far niente? Allora in questo carcere cosa è successo? è successo che circa un mese fa è arrivata la comunicazione di chiudere questa sezione, io non sto a dire se sia giusto o sbagliato chiuderla, non è questo il problema. Il problema è che le persone si sono trovate a rischiare di nuovo di essere spedite come pacchi postali in altre carceri dove non c'è nulla di quello che è permesso qui, che non sono grandi cose, sono semplicemente la base di una carcerazione che abbia un minimo di senso.

Devo dire che abbiamo veramente combattuto, a me sembra importante dirlo perché io credo che non si debba mai rinunciare, per una causa giusta, a lottare per tutelare i diritti delle persone detenute, non c'è niente di impossibile. A me dicevano: guarda, i detenuti dell'AS hanno già le destinazioni pronte, i trasferimenti programmati, non c'è più niente da fare. E invece mi piace sottolineare che le istituzioni hanno comunque dato prova di poter tornare indietro su

una decisione presa, di rivedere le proprie posizioni, e questa è una gran cosa. Quindi le persone non sono partite e quello in cui noi speriamo è una cosa fondamentale, la declassificazione. Lo Stato non dovrebbe infatti decidere che una persona deve restare mafiosa, criminale per sempre, chiusa in quei ghetti senza nessuna possibilità di confronto. Lo Stato deve avere il coraggio di misurarsi con una carcerazione diversa, anche per queste persone che sono state condannate per reati nell'ambito della criminalità organizzata, e deve avere il coraggio, quando queste persone hanno fatto anni di carcere, stamattina per esempio



Giovanni Donatiello raccontava di aver scontato ventinove anni in questi regimi, il coraggio di dire: basta! Se sono usciti dal regime del 41bis perché non avevano più legami con le organizzazioni di appartenenza, bisogna scommettere su questo. Vogliamo il cambiamento, dobbiamo lavorare per un distacco reale di queste persone dagli ambienti in cui sono stati commessi i reati, ma guardate che anche i loro familiari hanno bisogno di uno Stato che abbia una faccia diversa, una faccia mite, hanno bisogno di non odiare le istituzioni ma di trovare delle istituzioni che abbiano una capacità di ascolto. Ecco, io spero che questa capacità di ascolto delle istituzioni si traduca in una declassificazione di tante persone qui dentro. La declassificazione poi non significa che le persone escono fuori libere, significa che le persone detenute per anni in Alta Sicurezza cominciano finalmente a vivere in un regime di Media Sicurezza e le loro famiglie non hanno più questo incubo dei continui trasferimenti, delle carcerazioni insensate. Questa è oggi la nostra prima grande battaglia. La seconda grande battaglia che stiamo facendo è quella degli affetti. Anche qui lo Stato, se non capisce che le famiglie hanno bisogno di essere trattate in modo civile, non capisce che quello è anche il modo per allontanare le persone dalla criminalità: mostrare la faccia di uno Stato civile, che sa ascoltare, capire, essere mite.

Tutto il nostro lavoro in fondo ha alla base il concetto di ascolto, perché spesso non siamo capaci di ascoltarci. Allora io credo che venga da questo carcere una lezione, perché le persone non sono solo qui a parlare, sono anche ad ascoltare. Noi nella nostra redazione lavoriamo con le testimonianze delle persone detenute, ma non meno importante è il lavoro che facciamo per esercitare la nostra capacità di ascolto. Speriamo che anche questi Stati Generali che si vogliono fare sulle carceri ascoltino davvero, ascoltino le persone detenute, ascoltino i loro familiari, ascoltino pezzi di società, ascoltino le vittime, perché guardate, a



differenza di quello che immaginiamo, non è che le vittime vengono ascoltate molto di più dei colpevoli, anzi le vittime spesso non vengono ascoltate o vengono ascoltate male. Noi anche in questo credo facciamo un grande lavoro, perché quando sono venute qui molte vittime hanno trovato un ascolto che da altre parti della società non c'è, un rispetto e un silenzio che non si trovano facilmente fuori. Quindi ci si riempie molto spesso la bocca della parola "vittima", ma poi non viviamo affatto in una società così attenta alle vittime.

Pe finire, adesso tocca a me ringraziare, io veramente parto ringraziando la Polizia penitenziaria

perché essere i responsabili della sicurezza e accettare un confronto così aperto, un rimescolamento di pezzi di società come avviene qui dentro è difficile, qui si sperimenta un concetto diverso di pena, anche se non ci dimentichiamo che c'è metà del carcere che non fa niente dalla mattina alla sera, perché il problema del sovraffollamento e della mancanza di attività per tutti non è risolto, non ci sono le risorse e gli spazi per tenere tutti occupati.. Poi ringrazio ovviamente tutte le persone che hanno collaborato con noi a organizzare questa giornata difficile. E ringrazio anche voi, che avete resistito tutte queste ore, dimostrando una grande capacità di ascolto. 

Redazione

Qamar Aslam Abbas, Gentian Belegu, Clirim Bitri, Biagio Campailla, Erjon Celaj, Sandro Calderoni, Gianluca Cappuzzo, Rovert Cobertera, Andrea Donaglio, Gaetano Fiandaca, Luigi Guida, Marsel Hoxha, Bardhyl Ismaili, Pjerin Kola, Davor Kovac, Agostino Lentini, Sofian Madsiss, Angelo Meneghetti, Carmelo Musumeci, Victor Mora, Santo Napoli, Antonio Papalia, Elvin Pupi, Tommaso Romeo, Lorenzo Sciacca, Kleant Sula, Bruno Turci, Andrea Zambonin, Giovanni Zito, Giorgio Zomegnan

Direttore responsabile

Ornella Favero

Ufficio stampa e Centro studi

Andrea Andriotto, Bruno Monzoni, Elton Kalica, Francesca Rapanà, Francesco Morelli, Lucia Faggion, Silvia Giralucci, Vanna Chiodarelli, Ulderico Galassini

Servizio abbonamenti

Sandro Calderoni, Ulderico Galassini

Sbobbature

Sofian Madsiss, Lorenzo Sciacca, Andrea Zambonin,

Realizzazione grafica e Copertina

Elton Kalica

Responsabile per cinema e spettacolo

Antonella Barone

Collaboratori

Adriana Bellotti, Angelo Ferrarini, Antonio Floris, Daniele Barosco, Dritan Iberisha, Donatella Erlati, Elisa Nicoletti, Fernanda Grossele, Giovanni Donatiello, Tino Ginestri, Rachid Salem

Stampato

Tipografia Veneta - Padova

Via Elia Dalla Costa, 4/6 - tel. 049.8700757

Publicazione registrata del Tribunale di Venezia n° 1315 dell'11 gennaio 1999. Spedizione in A.P. art. 2 comma 20/C. Legge 662/96 Filiale di Padova

Redazione di Ristretti Orizzonti:

Via Due Palazzi, 35/a - 35136 Padova

Sede esterna: Via Citolo da Perugia, 35
35138 Padova

tel/fax: 049654233

e-mail: ornif@iol.it, direttore@ristretti.it, redazione@ristretti.it

sito web: www.ristretti.it

rassegna quotidiana:

www.ristretti.org

La redazione garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati in conformità con il Decreto Legislativo 30 Giugno 2003, n. 196 (Codice in materia di protezione dei dati personali) e la possibilità di richiedere gratuitamente la rettifica o la cancellazione scrivendo a: Ufficio abbonamenti, Ristretti Orizzonti via Due Palazzi 35/a, 35136 Padova



Edizioni Ristretti, 2010
pag. 205, 15 euro

Per ricevere il libro, è sufficiente fare una donazione di 15 euro sul conto corrente postale 15805302, intestato all'Associazione di Volontariato Penitenziario "Granello di Senape". Oppure si può prenotare all'e-mail: redazione@ristretti.it al numero di telefono **049.654233**

Spezzare la catena del male

Tutto quello che in questo libro è raccontato ha una caratteristica, che lo rende diverso da altri testi più tecnici, più documentati, più profondi sulla mediazione penale e sulla giustizia riparativa: arriva dal carcere. Perché nel carcere di Padova, nella redazione di Ristretti Orizzonti, si è deciso di affrontare un percorso faticoso, che però può portare davvero a una assunzione di responsabilità: ascoltare le vittime, ascoltarle e basta, in un primo momento non ci può neppure essere dialogo, ci deve essere quasi un monologo, tanto è rara e preziosa l'opportunità di ascoltare le vittime che hanno accettato di entrare in un carcere non per parlare di odio, ma di sofferenza, della loro sofferenza. E poi faticosamente può nascere il momento del dialogo, del confronto, del cammino fatto insieme per "spezzare la catena del male".

ABBONAMENTI

- ☞ Una copia 3 €
- ☞ Abbonamento ordinario 30 €
- ☞ Abbonamento sostenitore 50 €

Versamento sul C.C. postale **67716852** intestato all'Associazione di volontariato "Granello di Senape Padova".
Via Citolo da Perugia, 35 - 35138 Padova

Per abbonarsi online bisogna entrare nel "negoziò" online, all'indirizzo: <http://shop.ristretti.it/> (si accede anche dalla home page del sito di Ristretti), quindi ci si deve registrare (tramite il pulsante "login", in alto a destra, e poi seguendo la procedura indicata). Una volta effettuata la registrazione, si possono fare abbonamenti e ordinare libri e cd. L'ordine effettuato ci arriva in tempo reale.

Redazione di Ristretti Orizzonti:
Via Due Palazzi, 35/a
35136 Padova

Sede esterna:
Via Citolo da Perugia, 35
35138 Padova,
Tel/fax: 049654233

mail:
ornif@iol.it
direttore@ristretti.it

