

CENTRO CLUB

notizie

PERIODICO DEI CLUB DEGLI ALCOLISTI IN TRATTAMENTO DEL TRENTO

n°4 - Marzo 2006 - Anno 3 - Rivista quadrimestrale - Poste Italiane s.p.a. sped. in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in L.27/02/2004 n.46) - art.1, comma 2, DCB Trento - taxa pagata - taxe payè - tn - cmp

In questo numero:

EDITORIALE

Il mondo associazionistico **3**

APCAT

Il premio "Germano d'Argento" **4**

ACAT

Interclub zonali **5**

CENTRO STUDI

Corsi di sensibilizzazione **10**

CLUB

Notizie varie **18**

ITALIA

Ragazzi che rischiano la vita... **28**

MONDO

Insieme ce la faremo! **33**

L'ANGOLO

DEL BUONUMORE **35**

n° 4
marzo 2006

CENTRO CLUB

RIVISTA QUADRIMESTRALE
DELL'APCAT TRENTINO
CENTRO STUDI



Anno 3 - n° 4 marzo 2006

Direttore responsabile

Augusto Goio

Coordinamento e progetto grafico

Fulvia Sevignani

E-mail: fulvia.sevignani@virgilio.it

Comitato di redazione

Roberto Cuni, Guido Dellagiacomà,
Paride Franceschini, Remo Mengon,
Adriana Mongiovi, Fulvia Sevignani

Proprietà editoriale

APCAT Trentino - Centro Studi

Via Sighele, 7 - 38100 Trento

Tel. 0461.391482 - Fax. 0461.397063

E-mail: csdpa@iol.it

<http://www.apcattrentino-centrostudi.it>

Direzione ed Amministrazione

Apcat Trentino - Centro Studi

Via Sighele, 7 - 38100 Trento

Tel. e Fax. 0461.914451

E-mail: apcat_trentino@libero.it

Impaginazione e stampa

Litografia Amorth - Gardolo (TN)

E-mail: litografiaamorth@virgilio.it



carta riciclata

In questo numero:

EDITORIALE

Il mondo associazionistico 3

APCAT

Il Premio "Germano d'Argento" 4

ACAT

Interclub zonali 5
Quando cultura e empatia vanno a braccetto 9

CENTRO STUDI

Corsi di sensibilizzazione 12
Rimpatriata di "quelli di Terzolas" 14
Dall'astinenza alla sobrietà 15

CLUB

La ricaduta 18
Il nome del Club 19
Riflessioni sull'anno passato e... 20
L'uomo che voleva volare 21
San Pancrazio 25
Il coraggio di cambiare 26

ITALIA

Ragazzi che rischiano la vita... 28
Le nostre strade 30
Sei tornato da me 31

MONDO

Insieme ce la faremo! 33

L'ANGOLO DEL BUONUMORE

35



**"La spiritualità si esprime
nei gesti, nelle azioni,
nelle scelte di ogni giorno: è ciò
che accomuna gli esseri umani".**

Suor Amelia Scanagatta



Il mondo associazionistico

... saper esserci per..

Il movimento associazionistico e la volontà di partecipazione vede la luce alla fine degli anni '60 con la nascita nelle comunità di diverse realtà fondate su problematiche della vita quotidiana. Le considerazioni affiorate si fondano su un proprio riconoscimento basato sull'impegno di volontariato, dove possiamo trasmettere quella positività umana che solo un lavoro nascosto, popolano, senza protagonismi, può offrire, dove la capacità di creare ambiti e proposte intese al coinvolgimento di tutti, anche di persone che, per motivi di difficoltà di inserimento o di emarginazione, non trovano una loro collocazione sociale, che permetta loro di esprimere la propria potenzialità al servizio della collettività.

L'appartenenza ad un gruppo facilita la possibilità di coltivare un terreno comune su cui costruire rapporti amicali duraturi nel tempo, attraverso la consapevolezza e la solidarietà. L'apertura di se stessi e la disponibilità verso l'altro costituiscono un tessuto attivo e sensibile alle problematiche che ogni giorno si presentano. Il sentimento "umanitario", un tempo vissuto e condiviso con atteggiamento di puro spirito solidale, sta sostituendosi all'odierna mentalità individualistica. Si ha l'impressione di vivere un clima di disorientamento, con messa in crisi di certezze e valori. Le iniziative che si svolgono nelle varie comunità, rappresentano un enorme sostegno per far fronte alle difficoltà che ogni giorno incontriamo. Le parole non sono altro che punti di riferimento per orientarsi verso un significato più profondo: in un'epoca di consumismo come questa, nulla si consuma più rapidamente delle parole e delle idee. Se ognuno di noi si sforza di comprendere quale sia il senso supremo della vita, certamente avrà fatto un passo da gigante verso una vita piena di soddisfazioni.

Nelle nostre comunità la cultura verso un "sano vivere" è ancora lontana dalla nostra, per cui dobbiamo creare all'interno un intreccio costruttivo. La vita non è mai banale; può essere ripetitiva, noiosa, ma nel comportamento quotidiano esiste sempre qualcosa di sorprendente; soprattutto non esiste diversità fra persone, ma nella comunità siamo parte integrante e tutti uguali.

Essere persone significa accettare la nostra mortale e quotidiana singolarità: accettarsi per quello che si è. Ogni persona deve essere consapevole che migliorare si può, avere una vita sobria è possibile. Interrogiamoci e chiediamoci: chi sono, cosa faccio? Molte risposte le possiamo trovare attraverso un dialogo aperto e sincero fra tutti. Oggi, però, troviamo difficile l'essere sinceri, l'amare il prossimo; dobbiamo sempre complicarci la vita inseguendo chimere che al momento non risolvono nulla. In noi deve aprirsi quel senso di appartenenza fondato sulla propria identità, sui propri valori.

Questa appartenenza deve essere un processo d'identificazione di noi tutti per sentirci parte di un gruppo, condividendone comportamenti, modi di pensare e atteggiamenti. Solo in questo modo diventeremo persone riconosciute attraverso l'ammissione di segni distintivi e non solo persone che appartengono al mondo dei Club. Senso di appartenenza quindi nel duplice significato di essere parte attiva della comunità, ma anche avere la consapevolezza che la comunità ci appartiene.

Remo Mengon
Presidente APCAT-Trentino



Il Premio Germano d'Argento

...può diventare una rinascita?...

Da alcuni anni l'Apcat Trentino, tramite il suo Centro Studi e con il patrocinio dell'Aicat, promuove il *Premio Germano d'Argento*, basato su opere e scritti inediti riguardanti il mondo dell'alcol.

Finora l'interesse è stato lusinghiero, ma un premio, perché sia valido deve trovare una vasta visibilità e per questo si stanno definendo le basi per raggiungere un interesse globale. La struttura slegata che lo definisce, consente agli autori di confrontarsi, di comunicare emozioni, di creare opere raffiguranti forme di declino personale. Gli artisti sono il genio senza tempo e senza spazio, coloro che sanno dare forma all'intuizione senza distinzione fra forma e contenuto.

Questo il concetto a cui molti amici si ispirano e nel proseguire questo percorso si cercherà di dare a tutti lo spazio necessario per una propaganda fruttuosa. Il poter dire "c'ero anch'io" è un forte incentivo a partecipare al premio. Alla fine qualcuno verrà premiato, ma tutte le opere presentate verranno incluse in un opuscolo.

La formula del premio ha come obiettivo il far sentire le persone uguali e vicine fra loro, attraverso la propria testimonianza di opere o ricerche inedite riguardanti il problema alcol. La visibilità delle opere è fondamentale perché dà serietà alla pubblicazione ed è visibile a livello nazionale.

La partecipazione a questo premio non è riservata solo a chi frequenta il Club, ma è allargata a quanti vogliano cimentarsi sulla problematica di base.

Il messaggio che si vuole dare è che tutti i Club, le Arcat, le Apcat e le Acat, prendano in considerazione tale opportunità in modo da far crescere il Premio "Germano d'Argento" livello nazionale, ricevendo quel giusto riconoscimento che gli spetta e ponendosi alla pari di altre iniziative.

Io credo che l'intelligenza che si sviluppa per mezzo del lavoro creativo, socialmente utile, sarà uno strumento pronto al servizio di molte altre realtà da cui si potranno apprendere nuove emozioni per la propria vita.

Per raggiungere questo obiettivo dobbiamo essere "portavoci" noi stessi verso tutte le persone che si sentono coinvolte dal tema alcol, produrre in loro una creatività molto aperta e confortante verso altre persone.

Sono convinto che questo periodo di "ripensamento" renda più interessante l'aspettativa per la nuova impostazione che il Premio Germano d'Argento riceverà, pur mantenendo le caratteristiche di base.

Remo Mengon
Presidente



ACAT DELLE VALLI DI FASSA E FIEMME

Interclub delle Valli di Fassa e Fiemme

"Non posso cambiare ciò che è stato, ma posso progettare il futuro".

Il 13 novembre 2005 si è svolto ad Alba di Canazei l'Interclub zonale delle valli di Fassa e di Fiemme, sicuramente l'Interclub più... elevato d'Italia: eravamo infatti a 1600 m.s.l.m. Dalle finestre della sala parrocchiale potevamo osservare uno dei celebri tramonti con "l'enrosadura", il velo di porpora cioè che infiamma al tramonto le crode dei Monti Pallidi. In questo estremo lembo della valle di Fassa, fra uno dei più decantati paesaggi del mondo, in un villaggio tra i più schiettamente dolomitici, le famiglie dei Club degli Alcolisti in Trattamento della zona hanno discusso, in un italiano impastato di ladino, assieme ai cugini Fiamazzi, del tema: "Non posso cambiare ciò che è stato, ma posso programmare il futuro".

Interessanti relazioni e commoventi testimonianze hanno caratterizzato l'incontro e come sempre si è creato un eccezionale clima di empatia ed intimità nelle 105 persone presenti. Tutti hanno condiviso con serenità e maturazione sia gli interventi positivi che quelli negativi, perché nei nostri incontri tutti possono parlare ed esprimere le loro opinioni e le loro idee anche se non completamente

condivisibili. Riporto tre brevi testimonianze: quella di Elisabetta che, nonostante i suoi dieci anni di sobrietà, non riesce ancora a vincere la sua timidezza e parlare in pubblico, quella di Silvana che con appena qualche mese di sobrietà riesce ad esprimere i suoi sentimenti e chiede di potersi confrontare più spesso con altre donne e quella di un Servitore-insegnante che descrive come è bello progettare il futuro con l'amore e la solidarietà.

Sono Elisabetta ed ho scritto questa riflessione. Ho chiesto a Cipriana di leggerla al mio posto.

Il passato non posso cambiarlo, ma non lo dimenticherò, anche se cerco di non pensare al male fattomi e fatto agli altri. Ho iniziato a bere, come tante persone, qualche liquore in compagnia di amici, mi sembrava di essere più allegra e meno timida.

Quando ho capito di bere sempre di più e di non riuscire a smettere da sola, ho chiesto aiuto al mio medico e al Club degli Alcolisti in Trattamento; ma finché non è scattata una molla nella mia testa e non mi sono messa di buona volontà, non sono riuscita a smettere.

Oggi sono dieci anni che ho smesso di bere, grazie alla mia famiglia, all'aiuto del Club e del medico.

Nel mio futuro, nonostante la timidezza, spero che il mio comportamento possa rappresentare un esempio affinché altre donne che possono trovarsi nella mia stessa situazione, trovino il coraggio di chiedere aiuto al medico o ad altri membri del Club per ritrovare l'equilibrio di una vita sana come l'ho trovata io.

Spero di rimanere sempre astinente, di avere sempre una famiglia sana ed unita come adesso e di essere serena. Ciao di cuore, Elisabetta."

"Ciao a tutti, mi chiamo Silvana, faccio parte del Club S. Michele di Predazzo e sono una ex alcolista.

Poco tempo fa la nostra Servitrice-insegnante mi ha proposto di andare ad un incontro di sole donne per poter parlare dei nostri problemi. Io ho accettato molto volentieri e devo dire che mi sono trovata molto bene. Mi sono sentita libera di parlare di qualsiasi cosa che magari di fronte ad altre persone non sarei riuscita a dire. Eravamo cinque donne, all'ini-

zio c'era un po' di tensione ma più passava il tempo e più il clima diventava confidenziale. Ognuna di noi ha raccontato la propria storia e alla fine ci siamo prefissate degli obiettivi. Il mio è quello di recuperare il rapporto con mia figlia che non c'è mai stato e, perché no, quello di rifarmi un'altra famiglia. Ma più importante rimane quello di mantenere la sobrietà.

Da quando ho smesso di bere sono molto più orgogliosa di me, il lavoro lo frequento regolarmente e mi dà soddisfazioni, le cose in famiglia vanno molto meglio ed in me è nata una speranza, la speranza di un futuro migliore. Con le mie forze ed un po' di fortuna riuscirò ad ottenere la felicità che mi merito. Volevo anche dire ai Club di tenere in considerazione l'aiuto che potrebbe dare a tutte le donne un incontro fra sole donne perché vista la mia esperienza devo dire che mi è servito."

"L'Interclub di oggi ci invita a parlare del nostro futuro, a progettare il nostro domani, perché parlare sempre del passato ci fa dimenticare che abbiamo davanti a noi una nuova vita da vivere, da progettare, da riempire.

E a tal proposito vorrei condividere con voi l'esperienza che stiamo vivendo nel nostro Club che sottolinea come sia molto più produttivo guardare le persone con problemi di alcol con gli occhi dell'amore, che sommergerle di prediche ed esortazioni. Da tre mesi circa sta frequentando il Club una persona che aveva ormai tentato inutilmente in tutte le

maniere di cambiare vita. Familiari, medici, ospedali, cliniche, comunità, Club, servizi sociali, amministrazioni comunali, forze dell'ordine tutti avevano cercato in qualche modo di aiutare questa persona, ma inutilmente.

Anche i membri del Club si sono spaventati per il comportamento del nuovo entrato ma guardandosi in faccia hanno detto: se non aiutiamo queste persone possiamo chiudere il Club perché è proprio per loro che i Club esistono.

Così, tra l'incredulità di tutti e la paura di non riuscire a gestire la situazione, Carlo ha iniziato un difficile cammino sorretto, preso in braccio, quasi, dalle possenti braccia del Club. Le cadute e ricadute sono state continue e burrascose ma la costante disponibilità del Club (siamo arrivati anche a due o tre incontri alla settimana) ha fatto in modo da risvegliare in Carlo una piccola voglia di vivere, ed il dubbio che forse qualcuno gli voleva ancora bene. Man mano che i giorni passavano, anche i membri del Club che all'inizio sembravano scettici, hanno incominciato a credere nel miracolo ed a mettere a disposizione di Carlo il loro tempo, la loro casa, il loro cuore, i loro portafogli.

Carlo sta facendo due cose inaspettate: sta salvando se stesso e sta aiutando il Club ad aprirsi verso gli altri, a capire che è con l'amore e la solidarietà che i Club funzionano.

Il Club ora potrà affrontare qualsiasi altra situazione difficile perché ha dimostrato che lavorando con il cuore nulla è impossibile. E questo è una chiara dimostrazione che aiutando gli altri si aiuta soprattutto se stessi.

Ora, mentre Carlo è ad Auronzo per la terza volta, noi dobbiamo cercare di aiutarlo a costruire il suo futuro dimostrandogli soprattutto il nostro amore con la nostra disponibilità nell'andarlo a trovare, nel telefonargli, nello scrivergli, aiutandolo a trovare lavoro, a sistemare la casa, a dare cioè un senso alla sua nuova vita.

Questo credo sia un esempio di cosa può fare un Club per progettare realmente il futuro di una persona, il futuro di una famiglia.

E se qualcuno di voi ha qualche suggerimento da darci o qualche lavoro da offrirci lo ringrazio anticipatamente, come ringrazio i componenti del Club perché con il loro esemplare comportamento, hanno dato a me una lezione di solidarietà ed a Carlo una nuova opportunità di vita."

a cura di: Guido Dellagiacoma
Servitore-insegnante
del Club "Bollicine"
Predazzo





ACAT VALLAGARINA E MONTALBANO

Interclub Zonale

Se smetto di... e comincio a... qualcosa cambia

Domenica, 18 dicembre 2005, mio marito ed io abbiamo partecipato, assieme a tanti amici delle Acat Vallagarina e Montalbano, all'Interclub zonale che si svolgeva in una sala adiacente la chiesa della S. Famiglia di Rovereto. Da poco siamo ritornati a casa e sto ripensando al pomeriggio trascorso troppo in fretta.

Ho dentro una strana sensazione di vuoto, la stessa che sento dopo aver passato una giornata piena di piccole gioie ed emozioni con le persone a cui voglio bene e con cui ci siamo raccontati e, quando se ne vanno, cala il silenzio e un velo di malinconia! Forse complice il Natale di cui già si respira nell'aria l'attesa, tutto si è svolto in un clima di amicizia e fraternità.

Il nostro amico Franco ha aperto l'Interclub e fatto da modera-

tore, dando la parola prima ai sindaci presenti, che con i loro interventi hanno dimostrato il loro interesse reale con tanta umanità e sono stati applauditi con entusiasmo! Poi la sorpresa di avere tra noi degli autentici attori! Pierina e Angelo, non devo presentarli, li conosciamo in tanti, hanno interpretato una simpatica scenetta, con molta bravura che ha creato molta allegria e reso il clima festoso!

E così, come per magia, iniziano i vari interventi delle famiglie e si susseguono con semplicità e fluidità. Sembra che, diversamente dal solito, tutti abbiano qualcosa da dire! Ascoltando ogni testimonianza, a volte gioiosa, a volte speranzosa, dentro di me si scatenava un'altalena di sentimenti: commozione, gioia, in qualche caso di tristezza condita però di speranza.

Perché, quando hai vissuto la fatica del dolore, lo capisci profondamente, non c'è bisogno di tante parole per afferrarne le sfumature o le cose non dette! Mai, come oggi, mi sono sentita di far parte di questa grande famiglia ed orgogliosa di farne parte!

E questo Interclub, deciso in extremis, è stato speciale: tutti

E poi è arrivato l'altro momento importante, quelle delle rose: tanti i traguardi raggiunti con fatica, specie il primo, ma fatica e costanza sono premiati e la soddisfazione poi è tanta.

Ma le rose sono importanti anche perché sono un impegno a continuare, un monito a ricordare il perché siamo lì, a stare sempre attenti e non credere di essere immuni da errori.

Accettare la nostra umanità ci aiuta a stare sempre all'erta ed a perseverare!

E alla fine un fantastico buffet ci aspettava e gli auguri di Buon Natale si sono intrecciati da un capo all'altro della sala: eh sì, per noi ora è Natale 365 giorni all'anno (tolto qualche piccolo bisticcio) e un po' di tristezza mi vien pensando a chi questa strada ancora la sta cercando.

*Luciana Ambrosi familiare
Club "La Sorgente"
Rovereto*



Belle rose, belle rose....

Il 18 dicembre 2005, si è svolto a Rovereto, presso la sala "Cristina" della S. Famiglia, l'Interclub delle due Acat, Vallagarina e Montalbano. Io l'ho vissuto così. Come in quel coro, in una grande unione di cuori e anime (questa volta si son sentite anche quelle!). Eravamo in 200, da tutta la zona, da Trento, da Pergine; tante Famiglie, tanti bimbi, mamme e figli ritrovati, rinati! C'eravamo noi dei 10 anni di sobrietà ed altri con ancora di più e quelli che hanno appena iniziato questo cammino di libertà e che ascoltavano attentamente. Si potrebbe chiamarlo un secondo battesimo, questo Interclub. Io, nel dire ciò che da tempo pensavo, scrivevo e riscrivevo per non dimenticare o magari lasciarmi trasportare dall'emozione, quando sono ritornata al mio posto, a premiazione avvenuta, mi sono accorta che tremavo... Anche alcune persone che ascoltavano, non hanno saputo nascondere la loro emozione e ci è scappata qualche lacrimuccia. Sembravamo tutti dei bambini pieni di gioia. Anche dietro le storie tristi, la bellezza della vita cambiata, aveva il sopravvento! Questo è quanto ho vissuto quel 18 dicembre. Peccato che mio marito Carlo non potesse essere presente: chissà quanto sarebbe stato felice e gli sarebbe piaciuto, ma sicuramente nello spirito ci era vicino e ne godeva! Ecco: per me finisce così il 2005 e vado carica di entusiasmo verso il 2006, alla ricerca di migliorare ancora tante cose: non devo fermarmi, andare avanti nel Club è vivere! Ciao a tutti e Buon Cammino!

Carla Gianiselli
Club "Agrifoglio"
Rovereto

Volo di farfalle



*Ho visto un volo di farfalle che non potrò dimenticare:
un fruscio di seta mi ha incantato il cuore,
un arcobaleno vivo di colori mi ha fatto sognare.
La più bella si è posata fra le mie dita, sulla mano tesa,
trascorsa ogni paura sembravamo in attesa.
Pareva capire che non le avrei fatto del male,
sapevo che sarebbe rimasta a farsi ammirare.*

*Siamo noi le farfalle colorate
nate da metamorfosi lente e dolorose,
ma inarrestabili e miracolose.
Dal buio e dall'ombra siamo risorte,
verso orizzonti liberi siamo dirette,
in voli incrociati dai tracciati conosciuti,
attraverso panorami verdi e fioriti.*

*Sei tu, famiglia mia, quella che palpita fra le dita.
Adesso vedo la tua fragilità infinita,
capisco la struggente poesia della tua vita.
Il grande bisogno di volare libera nel sole,
e quello più forte di tornare:
nei giorni di pioggia o all'imbrunire,
quando fa freddo e soli sembra di morire.*

*Non ci saranno più reti assassine per noi:
abbiamo saputo morire disperate nel silenzio degli innocenti,
e risorgere consacrate nel canto forte dei vincenti.
Voleremo libere nei cieli riconquistati
dei nostri sogni più preziosi,
saremo tanto belle da far innamorare il mondo,
che per starci a guardare girerà più lento.*

*Ogni volta che vedremo una farfalla volare,
fermiamoci un attimo e ascoltiamo il nostro cuore:
ci ricorderà sciagure infinite e disgrazie amare,
ma anche delicate armonie e dolcezze rare.
Troveremo qualcosa di noi in quelle forme leggiadre:
ogni volta che abbiamo deciso di rendere le nostre anime
più belle, siamo diventati volo di farfalle.*

Luciana Pieratti
Servitore-insegnante



ACAT TRENTO SUD E VALLE DEI LAGHI

Quando cultura e empatia vanno a braccetto

Un esempio di condivisione fra Club e Comunità

A fine estate 2005, l' Acat Trento Sud e Valle dei laghi si è trovata in *impasse*: con un Esecutivo (a proposito, che brutta parola dal tristo e ambiguo significato! Mi si lasci dire: ma chi è quel Solone in seno ai nostri vertici nazionali che partorisce simili astrusità; si potrebbe conoscerne nome e cognome?) dimissionario in blocco e un programma delle attività sociali ancora tutto da svolgere, o quasi.

Superato il momento di panico e riunito d'urgenza un nuovo Esecutivo ad interi, si è potuto portare a termine il programma annuale soprattutto per quanto concerne i momenti comunitari, attribuendo una rilevanza particolare all'incontro di fine anno tra i Presidenti dei Club ed i Servitori - insegnanti, che per l'occasione è stato allargato a tutte le famiglie conglobando così anche la Festa d'autunno e la Scuola Alcolologica Territoriale di 2° modulo.

In quel senso, definendo la composizione dei pacchi - dono natalizio ai Club, si è pensato di non limitarsi ai classici dolciumi che solitamente accompagnano la nuova edizione dell'Agenda Club, ma di inserirvi materiale utile alla riflessione sull'appartenenza al mondo dei Club e

ad una maggior consapevolezza dell'importanza della dimensione comunitaria - e quindi associativa - di tale realtà.

Data per *rata et valida* la scelta di sue agili testi tratti dalla vasta bibliografia su Hudolin e la sua metodologia, a qualcuno è poi sovenuto che poteva essere stimolante - specialmente per chi non ne aveva mai sentito parlare, essendo arrivato al Club in tempi recenti - la ri-proposizione del documento filmato che l'allora giovanissimo regista Francesco Dal Bosco aveva realizzato nell'ormai lontano 1991.

Una prima "missione esplorativa" riscontrava da subito la piena disponibilità del regista, con la sola prudente riserva inerente le difficoltà tecniche di riproduzione di un master realizzato su un supporto non più compatibile con gli standard attuali. Ciò nonostante, in breve volger di tempo ci venivano messe a disposizione un congruo numero di copie dell'opera su videocassette formato VHS e per giunta - udite, udite! - a titolo del tutto gratuito. Non c'era verso che il regista abbia voluto accettare nemmeno il rimborso del costo del materiale vergine!

Nel pomeriggio di sabato 10 dicembre, quindi, nella sala con-

siliare gentilmente concessati in uso dalla Circostrizione di Ravenna, in occasione dell'incontro di fine anno delle famiglie dei Club dell' Acat Trento Sud e Valle dei Laghi, i Presidenti dei singoli Club potevano ritirare, insieme col pacco - dono, una copia del documentario "Noi siamo dovunque" di Francesco Dal Bosco, con la calda raccomandazione di visionarla possibilmente raccogliendosi in più famiglie, in modo di favorire lo scambio di idee sull'onda di emozioni e impressioni vissute collettivamente.

Nella stessa occasione, rispondendo all'accorato appello del nuovo Esecutivo acefalo, Livio Nicolodi si offriva disponibile ad assumersi l'onere della presidenza sino a venture elezioni e tanto senso di responsabilità veniva (ovviamente) applaudito con unanime gratitudine dai presenti.

Il primo atto ufficiale del neo-acclamato Presidente dell' Acat Trento Sud e Valle dei Laghi, presa visione dei contenuti del filmato e messo a conoscenza della modalità straordinaria della decisione del regista alla nostra richiesta, è stato quindi il rendere un doveroso quanto sentito ringraziamento a Francesco Dal Bosco, espresso nella lettera che



qui integralmente riportiamo, perché tanto ci sembra “giusto, equo e salutare” a fronte di un davvero bello esempio di fattiva condivisione dello spirito e del senso dell’interscambio positivo tra i Club e la Comunità.

Franco De Gregorio
 Servitore-insegnante
 Club "Fortunello"
 Mattarello

Egregio Signor
 Francesco Dal Bosco,

In veste di attuale Presidente dell’Esecutivo dell’Acat Trento Sud e Valle dei Laghi, è con commossa partecipazione che mi faccio portavoce dell’intera comunità delle Famiglie che aderiscono all’Associazione,

nell’esprimerle la più calda gratitudine per il suo generoso e nobile gesto. Già al tempo ormai lontano della sua prima presentazione avemmo modo di apprezzare la garbata poesia e l’empatica emozione del filmato da Lei concepito, voluto e realizzato: “Noi siamo dovunque”. L’avercene oggi messo a disposizione una quantità di copie più che bastevoli per le nostre esigenze (copie altresì appositamente fatte per l’occasione!), e l’aver scelto di farlo a titolo di assoluta gratuità, rifiutando ogni pur dovuto compenso da parte nostra che pure ci eravamo esposti come committenti, è indice, ancorché di solidale amicizia (della quale vorrà consentirci di andarne orgogliosamente fieri!), anche di una signorilità e di una nobiltà d’animo che appaiono sempre più rare nel panorama cinicamente materialista dei tempi

che corrono. Tutto ciò ci conforta d’aver fatto saggia scelta nel riproporre alle “nuove generazioni” la sua opera, certi che vi sapranno leggere una testimonianza intelligente e sempre attuale, e ci sprona a operare con ulteriore attenzione nel verso di una più stretta collaborazione tra la nostra realtà associativa e l’ambito culturale civilmente impegnato. Non v’è dubbio che potrà venirne solo del buono e del bello!

Con l’occasione, ci sia permesso porgere a Lei ed alla sua Famiglia tutta i nostri migliori auguri per l’ormai prossimo Natale ed per un Nuovo Anno ricco di soddisfazioni !

*Il Presidente
 Acat Trento Sud
 e Valle dei Laghi
 Livio Nicolodi*

CORSI DI SENSIBILIZZAZIONE ALL'APPROCCIO ECOLOGICO-SOCIALE AI PROBLEMI ALCOLCORRELATI E COMPLESSI

(metodo Hudolin)

1) Rovereto (TN), 22 – 27 maggio 2006

Il Corso si terrà a: **Rovereto** presso: **Centro Pastorale "BEATA GIOVANNA" in Vicolo Conciatori, 6** dove c'è la possibilità del pasto di mezzogiorno

LE ISCRIZIONI DEVONO PERVENIRE ENTRO L'8 MAGGIO 2006

2) Caderzone (TN), 28 agosto – 2 settembre 2006

Il Corso si terrà a: **Caderzone (Trentino)** presso: **Casa Madonna della Neve in via S. Giuliano - tel. 0465 804161** - dove c'è la possibilità di vitto e alloggio.

La località si trova in Val Rendena, sulla strada che da Brescia, Lago d'Idro, Tione porta a Madonna di Campiglio, a 2 km. da Pinzolo.

Chi soggiorna (camere con servizi da 2-3-4 letti) deve portarsi lenzuola e asciugamani da casa. Prenotazioni direttamente al n. 0465 804161.

La Casa, con terrazza panoramica coperta e campo da gioco, è situata a circa 800 m di altezza, attigua al bosco e prospiciente le cime dell'Adamello e della Presanella.

PENSIONE COMPLETA:

€ 34,00	a persona in CAMERA SINGOLA
€ 32,00	a persona in CAMERA DOPPIA
€ 16,00	per BAMBINI fino a 5 anni
€ 22,00	per BAMBINI da 6 a 10 anni

LE ISCRIZIONI DEVONO PERVENIRE ENTRO IL 28 LUGLIO 2006

Per informazioni rivolgersi a



APCAT TRENINO – CENTRO STUDI

VIA SIGHELE, 7 – 38100 TRENTO

Tel. 0461391482 – fax 0461397063

E-mail: csdpa@iol.it

CONSULTATE IL NOSTRO SITO: www.apcattrentino-centrostudi.it
dove troverete anche la scheda per l'iscrizione oppure richiederla alla segreteria

Il Corso di Sensibilizzazione all'approccio ecologico - sociale

Dal 6 all'11 febbraio 2006, si è svolto a Trento, presso l'ospitale Villa S. Ignazio, l'ennesimo corso di sensibilizzazione all'approccio ecologico - sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi. Direttore il dott. Roberto Pancheri. Numerosi i corsisti, che hanno raggiunto la bella cifra di 72. Come accade sempre in queste occasioni, si sono visti i partecipanti passare dallo scetticismo e dai timori iniziali, allo stupore sino ad un crescente entusiasmo ed alle grandi emozioni che era facile leggere, giorno dopo giorno, sui loro volti. Riportiamo due testimonianze.

L'esperienza del corso di sensibilizzazione a Villa S. Ignazio - Trento

L'esperienza vissuta a Villa S. Ignazio ha avuto su di me un forte impatto emotivo. Quando sono partita da casa non avevo aspettative, credevo che mi sarei annoiata. Consideravo il corso di sensibilizzazione ai problemi alcolcorrelati come un obbligo da dover affrontare per essere maggiormente competente nella mia futura professione lavorativa di educatrice. Solitamente lo scopo dei corsi di formazione è quello di informare i partecipanti su una determinata problematica, ma spesso chiunque vi partecipi lo fa in modo passivo, non interagendo col relatore e i corsisti. A Villa S. Ignazio, invece, è stata evidente da subito la capacità di medici e corsisti di creare un rapporto amichevole oltre che professionale. Appena sono entrata nella sala dove si teneva il corso, mi sono sentita a mio agio. Le persone presenti, per me erano tutte sconosciute, ma la sensazione che ho provato è stata quella di conoscerle da sempre. Spesso, nell'attuale società, accade che persone con cui si hanno legami da tempo, non ci diano la possibilità di entrare a far parte delle loro vite; tutti hanno paura ad esprimere i loro sentimenti e si

rinchiudono in se stessi per paura di essere giudicati in modo negativo. Respiro quotidianamente questo clima ed ormai non avevo speranze che qualcuno potesse essere diverso. Invece, a Villa S. Ignazio, ciò che ho sempre visto come un'utopia, si è trasformato in realtà. I corsisti, indipendentemente dalla loro posizione sociale e dal loro trascorso, hanno messo a nudo le loro "storie di vita" senza preoccuparsi di cosa potesse pensare chi li ascoltava. Tutti ci siamo liberati di ciò che avevamo dentro, anche le persone che apparentemente sembravano più distaccate e meno emotivamente coinvolte, si sono aperte e messe in discussione di fronte a problematiche che, prima del corso, consideravano insignificanti. Mi sono

resa conto di avere una opinione sbagliata degli "alcolisti in trattamento". Prima del corso li consideravo delle persone deboli, ma poi sono diventati per me modelli di vita. Tra i corsisti, gli alcolisti in trattamento, sono quelli che mi hanno fatto emozionare maggiormente; dandomi la possibilità di ascoltare le loro storie di vita, mi hanno fatto capire che il



cambiamento esiste. Modificare il proprio stile di vita in modo radicale, è difficile, voltare pagina e dimenticare gli errori del passato, è un'impresa ancora più ardua.

Le persone che ho conosciuto al corso ci sono riuscite e il percorso non è sicuramente stato facile. Da tutte le loro testimonianze, mi sono resa conto che la cosa più importante è credere in se stessi, avere vicino un sostegno familiare ed avere fiducia nell'aiuto del Club.

Lasciarsi aiutare senza la paura di essere giudicati, è già un primo passo per riprendere in mano la propria vita. In una società, in cui i valori sono tanti e superficiali e le persone che non corrispondono ad un determinato canone vengono messe da parte, è bello sapere che esistono ancora dei gruppi dove a prevalere è l'essenza di una persona e non gli errori che questa ha commesso.

Le visite fatte ai Club ne sono state un esempio concreto.

Il calore con cui i membri ci hanno accolto, il clima amichevole che caratterizzava l'atmosfera, mi ha molto colpita. Non pensavo potessero ancora esistere luoghi autentici dove le lacrime, come i sorrisi, sono sinceri.

Alice Chini, corsista



"... Ogni persona che ho conosciuto al corso, ha contribuito alla crescita della mia consapevolezza..."

Agàpe: questo è ciò che ha legato tutte le persone che con me hanno frequentato il corso di sensibilizzazione, un amore guidato dal principio che non desidera nulla in cambio. L'atmosfera mi ha pervasa dal primo incontro dove, più di settanta persone erano pronte per un'intensa piacevole settimana: alcune mi hanno dato informazioni sul problema relativo all'alcol, altre hanno portato le loro esperienze, le loro emozioni, i loro dolori e le loro gioie. Nella mia famiglia, fortunatamente, non ho mai avuto un diretto contatto con il problema se non dai racconti di mia madre sulle sporadiche "sbornie" che faceva mio nonno quando, ancora giovane, si rifugiava in cantina e, solo, beveva il vino della miseria; ma tutto finiva con un bel canto, due risate e un sonno ristoratore. Me lo hanno sempre disegnato come un qualcosa di ilare, spiritoso e niente di più e così è stato fino a poco tempo fa, quando con l'alcol ho avuto un approccio ben diverso. Era l'inizio dell'estate scorsa, quando ho conosciuto un ragazzo col quale ho instaurato una bella amicizia che, col tempo, si è trasformata in qualcosa di più. Col passare dei giorni ho notato che in lui c'era qualcosa che ci impediva di legare come è normale in una coppia: purtroppo ho potuto capire che aveva problemi con l'alcol. La presa di coscienza che avevo di fronte una persona bisognosa di aiuto, con un

problema che, in quel momento, era più grande di me, anzi di noi, mi ha completamente destabilizzata.

Nella mia ignoranza ho provato in tutti i modi a fargli capire quanto fosse in pericolo e quanti problemi avrebbe incontrato se non avesse preso una decisione il prima possibile. Mentre cercavo di realizzare cosa stava succedendo a lui, alla sua vita ed anche alla mia, sempre più sconvolta perché non trovavo una spiegazione a tutto questo e neanche una via d'uscita, ho avuto la gran fortuna di conoscere una persona meravigliosa: *Fulvia Sevignani, Servitore-insegnante*, alla quale mi sono completamente affidata perché avevo la certezza che in lei avrei trovato la soluzione al nostro problema.

Ricordo i pomeriggi trascorsi a casa sua fra lacrime e una valanga di domande alle quali rispondeva sempre con una parola di conforto: la mia sete di conoscere e capire il problema aumentava man mano che vedevo il mio ragazzo allontanarsi sempre di più e la situazione mi stava scivolando fra le mani come sabbia. Capivo che il problema era davvero troppo grande e oscuro, nonostante Fulvia mi avesse dato numerosi strumenti per affrontarlo, ma che non riuscivo ad utilizzare alla maniera giusta.

Così si è conclusa la nostra storia: lui ha deciso di continuare a percorrere la sua strada con al fianco la bottiglia invece di

me. Spero che questo corso sia solo la partenza di un cammino attraverso il quale potrò aiutare altre persone che vorranno vincere nella lotta contro questa terribile droga quale è l'alcol.

Ringrazio ogni persona che ho conosciuto durante l'intera settimana, perché ha contribuito alla crescita della mia consapevolezza riguardo a questo male che si sta diffondendo a mac-

chia d'olio, ed anche coloro che hanno reso possibile tutto questo.

*Michela Bortolameolli
corsista*

Rimpatriata di "quelli di Terzolas"

"... per chi c'era è stato un momento prezioso..."

Sabato 7 gennaio ha avuto luogo a Trento, nella sede dell'Apca, di via Sighele, un piacevole ritrovo: quello di alcuni partecipanti al Corso di sensibilizzazione svoltosi in agosto a Terzolas.

L'iniziativa è nata dalla volontà di Antonio Faccin, di Marano Vicentino, che inizialmente aveva progettato di riunire il solo gruppo 5; poi l'invito è stato esteso a tutti i corsisti. Molti non hanno potuto intervenire per motivi geografici, di salute o familiari: li abbiamo ricordati durante il momento comunitario tenutosi alle 11, dopo abbracci, baci e l'appello di rito per attendere i ritardatari. Per chi c'era è stato un momento prezioso, in cui riconoscersi ed in cui raccontare le esperienze significative vissute dalla fine di agosto – quando si chiuse il corso – ad ora. Esperienze di vita, di lavoro, di Club: quelli attivi da tempo e quelli che stanno per muovere i primi passi. Erano fra noi, graditi ospiti, alcuni amici che frequentano abitualmente il Club con chi era dei nostri in Val di Sole. Dopo il momento comunitario, eravamo attesi in un locale tipico e stori-

co di Trento, l'antica birreria Pedavena, ad ulteriore riprova del fatto che è possibile essere commensali in una birreria-ristorante a modo nostro: sorseggiando acqua e degustando al meglio le delizie uniche al mondo della cucina trentina: canederli, polenta, gulasch, strudel... non mi sarò scioppata quattro ore e mezza di treno per scadere nella cotoletta alla milanese! E poi, si sa, a tavola i discorsi corrono: abbiamo rievocato aneddoti di Terzolas, visi noti... e rimpianto l'assenza della lista delle acque

e del suo "inventore", il dottor Aquilino. Le vie di Trento, ventose, ma soleggiate e pittoresche, ci hanno accolto per una passeggiata di gruppo, con sosta strategica in una rinomata pasticceria. È venuto il momento, un po' triste, del commiato, sicuri però di rivederci – chissà dove, chissà quando, ma ci rivedremo. Intanto la giornata in questione ci ha caricato di entusiasmo e spronato per affrontare gli eventi della vita con più vigore e serenità.

Chiara Gnesi - Crema





AGGIORNAMENTO

Dall'astinenza alla sobrietà

Un percorso di cambiamento

Sabato, 25 febbraio 2006: una giornata bigia che prometteva poco di buono, al riguardo del tempo. Infatti le chiamate di iscritti all'aggiornamento, si sono susseguite: "Nevica, a Lavis?" Le risposte erano rassicuranti, per cui ci siamo ritrovati in gran numero all'appuntamento. Roberto Cuni, con Lamberto Scali, il relatore, sono stati fra i primi ad arrivare. Ed è stata una giornata indimenticabile, come testimonia l'eloquente articolo dell'amico Luigi Vinante che segue. Ringraziamo di tutto cuore Lamberto per il clima di intensa empatia che ha creato nel grande gruppo e per le intense emozioni che ci ha dato.

Fulvia Sevignani

Ho pensato di scrivere qualcosa su questa giornata, prima di tutto per me e poi per condividere con chi vuole una esperienza che ha lasciato il segno in chi ha partecipato. Spero che ad altri Servitori-insegnanti, leggendo queste poche riflessioni, venga la voglia di frequentare; è sempre un arricchimento che è un peccato perdere. Ma veniamo con ordine. La mattina di sabato, 25 febbraio u.s., non prometteva nulla di buono, c'era nevischio e freddo, per cui mettersi alla guida per quel di Lavis, significava andare incontro a possibili difficoltà; la compagnia di Dario e Anna, comunque era una sicurezza, e così arriviamo puntuali per iniziare. Alcune facce note e altre no, pian piano si sono aggiunte, tanto da formare oltre una quarantina di persone, tutte compite nel ruolo di corsisti, con

tanto di cartella colorata e serietà dipinta addosso. Un onnipotente Roberto Cuni, insieme con il relatore designato, Lamberto Scali, armeggiavano attorno ad un aggeggio con fare piuttosto circospetto, poco convinti di riuscire a farlo funzionare. La solita Fulvia aveva un gran daffare a verificare le presenze e dare il benvenuto a tutti. Sta di fatto che, nonostante le previsioni nebulose, quasi tutti gli iscritti erano presenti e si poté iniziare. Dopo una breve presentazione di Fulvia e Cuni, irrupe nella sala la parlata toscana, simpatica e coinvolgente di Lamberto, che con fare "benigniano", ci annunciò che ci avrebbe parlato citando anche grossi personaggi di scienza per avvalorare quello che voleva comunicarci. Vi riporto solo quello che io ho potuto cogliere, sicuramente altri potranno aggiungere molto

e spero che in futuro ci saranno occasioni per continuare a parlarne, vista l'importanza degli argomenti proposti.

Anche se il metodo dei Club sembra il massimo della semplicità, alla base del suo funzionamento ci sono delle conoscenze scientifiche di grande valore. Hudolin, nel suo proporre continuamente cambiamenti che ci spiazzavano anche, con una intelligenza non comune, anticipava argomentazioni che sarebbero state confermate successivamente da altri studiosi e organizzazioni che si interessano alle problematiche inerenti all'uomo.

Dal coinvolgimento di tutta la famiglia nel Club, all'approccio ecologico sociale, all'alcol come droga. In questi anni, assistiamo a cambiamenti che ci riguardano, anche se non sempre ne siamo consapevoli.

Viviamo in un mondo dove la

scienza, la tecnica, l'inquinamento, le tendenze, poco a poco, anche non volendo, ci costringono a comportamenti prima impensabili. Proviamo a immaginarci senza auto, senza televisione o senza il telefono, sarebbe una tragedia per quasi tutti. Solo in questi anni assistiamo a guerre scatenate per raggiungere la pace, non era mai successo. Per questo i mutamenti sociali e la cultura umana, (spiritualità antropologica), si influenzano vicendevolmente ed è necessario attivarsi in un cambiamento nella cultura del bere, affinché si possa pensare ad una soluzione ai problemi alcolcorrelati nella società. Altrimenti continueremo a assistere ad un numero di persone che da un bere "moderato", passano ai problemi. Rendersi conto che l'alcol come droga non può essere usato in modo moderato, è una consapevolezza che mette di fronte a scelte di vita coerenti e personali. Sempre più le scienze così dette morbide, cioè che hanno a che fare con la complessità della vita dell'uomo e della natura, riconoscono il valore delle diversità, piuttosto che le omologazioni. La ricchezza sta nelle possibili differenze e nelle imprevedibili opzioni, che sfuggono a misurare certe e quantificabili. Ad esempio: se poniamo

in un prato una coppia di conigli di ghiaccio, una di sabbia e una viva, nei primi due, facilmente possiamo pronosticare uno scioglimento o un disgregamento, nel terzo, dopo un po' di tempo, potrebbe esserci un risultato impensabile. Anche con l'uomo, quando nasce, non possiamo prevederne lo sviluppo. La sua vita sarà l'interazione di tante cose e persone. Sappiamo che si formerà fisicamente e "spiritualmente" attraverso il riconoscimento progressivo delle proprie azioni ed emozioni a cui darà voce con l'intervento di chi gli starà a fianco. Strutturerà legami di vita con gli altri, che vanno ben oltre la vita stessa. Possiamo affermare che la vita ci è donata e che nostra responsabilità è proteggerla e promuoverla. Non basta quindi smettere di bere, bensì è importante andare verso una sobrietà, intesa come coerenza di comportamenti volti

a vivere con scelte di salute migliore il presente, per progettare il futuro, incontrando l'altro che poi è incontrare noi stessi. Questa in grande sintesi l'articolata esposizione della mattinata, assorbita d'un fiato da tutti noi. Sicuramente ho dimenticato molto e a questo suppliranno i lucidi disponibili presso l'Apcat per chi volesse approfondire. Ci disponiamo poi per i lavori nei gruppi autogestiti, al termine dei quali ci avviaamo a gustare il pranzo offertoci sempre dall'Apcat, ricco e abbondante che ci permette di riprendere con vigore la discussione finale.

Il risultato dei lavori, sintetizza in varie maniere le impressioni raccolte dai corsisti e in tutti emerge la voglia di trovare risposte positive affinché il nostro impegno nei Club dia un contributo a migliorare la qualità della vita delle famiglie che vi partecipano. Alcune considerazioni



che sottolineavano come, e in special modo quando, è preferibile che si discutano i problemi, ha fatto nascere una interessante discussione con opinioni diverse. Qualcuno riteneva che si debba discutere solo all'interno del Club, altri pensavano che il Club è uno spaccato simile alla comunità che lo accoglie e per questo chi partecipa si comporta come nel resto della settimana. È anche facile che partecipino al Club persone che non ci piacciono o che predominano sugli altri. Anche e forse più queste vanno accolte, permettendo loro di crescere e maturare come possono e nei loro tempi. Non riuscendo a trovare una posizione comune, Lamberto ci coinvolse in una sua esperienza vissuta che con sua approvazione racconto e che ci ha illuminato ed emozionato. Aveva nel suo organico, un infermiere che non si sa perché, gli stava fortemente antipatico. Tanto antipatico, che evita-

va possibilmente di incontrarlo. I suoi interventi sembravano complicare la vita e gli sembrava di non avere nessun feeling con lui. Lavorarci assieme, era difficile nonostante si proponesse volentieri in tante occasioni. Avvenne che fu organizzato un corso di sensibilizzazione, diretto dallo stesso Lamberto e guarda un po' chi si iscrive? Ma il nostro infermiere, ovviamente, gettando nello sconforto il Direttore che fece buon viso a cattiva sorte. Arrivò il venerdì, giorno dedicato alla lettura dei lavori dei corsisti. Fra le mani capitò chiaramente anche quello del nostro amico, che pressappoco recitava così: *"Il corso mi è servito molto, di certo non sarò servitore di Club, ma il trascorrere questi giorni con voi, mi ha permesso di riflettere su vecchi ricordi della mia infanzia, quando, al ritorno di mio padre alterato dall'alcol, nascondevo la mia sorellina nell'armadio. Preferivo che la sua*

violenza si scatenasse su di me e che risparmiasse la bimba a cui volevo un gran bene" Lanfranco, riconobbe di essersi sentito una pochezza; fra le righe di quella sofferenza risuonavano esperienze personali che attraverso l'altro emergevano prepotenti alla sua consapevolezza. Con la voce piena di emozioni intense e gli occhi lucidi di tutti noi, aggiunse un *"Concludiamo qui, non riesco ad andare avanti. Grazie a tutti voi. Mi sono trovato bene"*. Finisce così una giornata di aggiornamento fra le più intense che abbia mai vissuto. Un abbraccio a tutti, soprattutto a Lamberto che ringrazio.

Luigi Vinante
Servitore - insegnante
Club "San Leonardo" Tesero



[Redacted text]

[Redacted text]

Da un'idea del Nucleo Operativo di Alcolologia di Cremona, un "filmato-documentario" a colori (un quarto d'ora circa) su alcol e guida : filmati, inchiesta e informazioni. È utilizzabile anche a scopo didattico.



[Redacted text]

La ricaduta

“...arriva generalmente quando ci si sente troppo sicuri...”

La ricaduta, all'interno del Club, può accadere, più frequentemente di quanto si possa immaginare. Capita che l'alcolista, dopo un primo periodo di sobrietà, riprenda a bere, in modo occasionale prima, per poi passare a bere in modo continuativo. Basta un solo sorso, perché il fatto sia da considerarsi una ricaduta. Questo è un momento difficile per il Club perché mette in crisi non solo la persona che è ricaduta ed i suoi famigliari, ma anche tutti gli amici presenti nel Club. Possono nascere timori, incertezze e paure, nonché amarezza per l'amico recidivo. Il modo migliore per superare questo momento di difficoltà per tutti, è di parlarne nella riunione, con sincerità, senza drammatizzare l'accaduto, senza rimproveri, senza ricatti. La ricaduta, generalmente, arriva dopo un periodo di "astinenza", quando l'alcolista si sente troppo sicuro ed è convinto che un piccolo assaggio o un bicchiere, non possano comportare grossi problemi o ostacoli al suo cammino. Troppa sicurezza o troppa insicurezza? ...La realtà è che l'alcolista non è in grado di controllare il suo bere e basta poco perché si in-

stauri nuovamente la voglia di bere, perdendo così l'autocontrollo e ricadendo nelle vecchie abitudini. Io frequento il Club da oltre vent'anni ed ho visto ricadere amici astinenti da parecchi anni nel giro di pochi mesi e non riuscire più a decidere di se stessi, ma ripiombare in balia dell'alcol che la fa da padrone sulla volontà e la determinazione delle sue prede... Ecco perché le testimonianze sono importanti all'interno (ed anche al di fuori) del Club. Sono uno strumento di informazione essenziale e servono ad aiutare e sostenere le nuove famiglie, spesso convinte che, dopo un periodo di astinenza, si possa ricominciare a bere tranquillamente, senza che i problemi famigliari, sociali e fisici, che l'alcol aveva causato, ritornino tali e quali come prima. La testimonianza di chi è ricaduto, darà sicuramente una mano a capire che l'alcol non può essere controllato senza l'astinenza, poiché alla fine l'avrà sempre vinta lui. Una cosa molto importante per evitare la ricaduta è di mettersi bene in testa che non è sufficiente smettere di bere, è solo il primo passo: bisogna cambiare il proprio stile di vita, abbandonare le vecchie abitudini, sia l'alcolista che la sua famiglia, anche nei confronti del mondo in cui si vive e si opera, cercando di migliorare e maturare per giungere a quella che il prof. Hudolin ha voluto identificare come "sobrietà". La sobrietà va ben oltre l'astinenza:

la sobrietà è maturazione, è crescita, è cambiamento totale della propria vita. Questo vuol dire ricominciare a vivere, vuol dire evitare le ricadute. Un ruolo importante perché l'alcolista non abbia da vivere questi tristi episodi, ce l'hanno pure i famigliari: anche loro devono guardare dentro se stessi e cambiare completamente il proprio atteggiamento verso l'alcolista, dimenticare il passato e non atteggiarsi a "chi sa perdonare", ma a chi "sa riconciliarsi", accantonando completamente il passato, guardando solo al futuro, senza remore o ricatti di sorta, senza continue allusioni o richiami al passato, senza rancori, ma con tanti progetti per continuare insieme un cammino verso un futuro sereno! Dobbiamo quindi parlare delle nostre esperienze solo per aiutare gli altri, testimoniare non solo le ricadute o il nostro passato, ma anche le nostre vittorie, i nostri percorsi riusciti, belli, gioiosi, che ci vedono sempre ed ancora bisognosi di amicizia, di comprensione, di solidarietà. All'interno del Club, ed anche oltre le sue mura, nella comunità, vuol dire aiutare, aiutarsi e cominciare a vivere in modo più sereno e più sano!

Paolo Kaisermann
Servitore-insegnante
del Club "Primavera" Zambana

I miei primi 7 anni di:

**SOBRIETÀ...
UNA GRAN BELLA REALTÀ**

*Mi mancava ahimè il sorriso,
quando triste dentro e in viso
chiuso al buio della stanza
mi smaltivo la sostanza.*

*Son ricordi ormai passati,
dai bei tempi cancellati,
i bei tempi del "risveglio":
Sette anni! Sempre meglio!*

*Ed è in questo il cambiamento
ieri cupo, oggi contento,
trasformare la tristezza
in allegra e viva brezza.*

*Quella brezza che è nel cuore,
nella vita quotidiana,
il trascorrere dei giorni
è una gioia vera e sana!*

*E son sempre più entusiasta
in questa nuova dimensione,
è finita la "passione"...
è da dir l'esclamazione:
"Sobrietà...una gran bella realtà"*

*Paride Franceschini
Servitore - insegnante
Club "Sentiero Luminoso" Cognola*

Il nome del Club

Come è nato il nome del nostro Club



Alcuni anni fa si doveva dare un nome al Club di appartenenza; proposi il nome di una pianta: "Agrifoglio". Tutti furono d'accordo e l'hanno votato.

Avevo cercato un nome che si adattasse al nostro

gruppo e questo cespuglio sempreverde e con delle bacche rosse per me era l'ideale.

L'Agrifoglio è come noi, che dobbiamo crescere in armonia con gli altri, rispettandoci, aiutandoci a vicenda, anche se siamo spinosi con i nostri caratteri suscettibili.

I frutti quando sbocciamo sono di un rosso fuoco e quanto tutta la natura è a riposo vengono usati per abbellire tavoli e verande.

Noi che una speranza l'abbiamo, stando nel Club ed aiutandoci a vicenda, anche se siamo passati da tante spine, abbiamo un cuore rosso di amore per tutti, come il fiore e le foglie dell'Agrifoglio.

Il nostro Club va avanti da 14 anni con qualche problema, ma molte certezze.

Anche se qualche spaccatura c'è stata, abbiamo sempre ripreso il cammino.

Il nostro Hudolin ci ha indicato la strada da percorrere perchè ce la faremo... fino ai fiori...

*Agnese Tomazzoni
del Club "Agrifoglio"
Rovereto*



**ELIO
SILVESTRI**

Dopo tante sofferenze, sei arrivato al Club ed hai iniziato la strada della sobrietà, affrontando con volontà ed impegno la lunga salita, che, per un male incurabile, è stata interrotta. Hai voluto festeggiare con noi il tuo ultimo compleanno. Alla fine della festa ci hai salutato, dicendoci che per po' di tempo non saresti venuto al Club o che, forse, questa sarebbe stata l'ultima volta...: dovevi sottoporerti ad un intervento chirurgico.

Queste tue parole ci hanno lasciato tutti ammutoliti e pieni di amarezza. Purtroppo avevi ragione! Ci hai lasciato il tuo esempio, una straordinaria forza d'animo e tanto amore verso di noi e la tua Famiglia.

Grazie, Elio, di essere stato con noi. Sarai sempre nei nostri cuori!.

*I tuoi Amici
Club "Fiordaliso"
Civezzano*



Riflessioni sull'anno passato e... fiducia nel futuro

È l'unità che fa la forza

Per me un anno di riposo, un anno di meditazione con molti no e molti sì, vedendoci qualche cosa di sofferenza ma... anche un po' di maturazione, quella che dovrebbe far meditare tutti noi. Beh, lasciamo tutto questo, augurandoci un migliore cammino. Vi ringrazio di avermi aiutata, ascoltata, farò tesoro della consapevolezza acquisita, accompagnata da un sempre più forte volontariato. Mi faccio dovere d'un grande "grazie, grazie" ... a tutti i Club auguro giorni felici, sorridenti e, mano nella mano, cerchiamo di raggiungere una salutare

sobrietà, trasmettendo e allargando a tante famiglie il nostro umano vivere sereno. Le Acat di Trento possono (e devono) essere unite, come bandiere di umanità circoscritta dai 33 Club. Mamma + Amore + Umanità: i tre punti del nostro operato, la cultura del buon senso, che deve prevalere sull'indifferenza, sull'orgoglio. È stato consegnato all'Acat Trento Sud e Valle dei Laghi, un filmato con tante rose alzate: è bello vederne tante, sembrano ancor più profumate e capiamo quale grande fatica sia il loro raggiungimento. Questo orgoglio deve prevalere:

è l'unità che fa la forza, non la divisione. Da 30 - 40 rose a ... 100, 200 ... passa differenza. Ed allora avanti tutta, cerchiamo di ritrovarci! Delle persone a me vicine mi hanno consegnato questo pensiero: "conservare la pace dell'anima per superare la rumorosa confusione della vita con tutti i suoi inganni, i lavori ingrati, i sogni infranti. È ancora un mondo stupendo!"
Gli ostacoli ti fanno maturare.

Ida Bailoni
Club "Insieme" Trento

GIULIANO ANTONIONI

C'è una sedia vuota, nel nostro Club...Dopo una lunga malattia ci ha lasciati il caro amico Giuliano. Era arrivato al Club "Ciclamino" di S. Bernardo di Rabbi quattro anni fa. Sempre puntualmente presente, ha frequentato le riunioni settimanali con ammirevole costanza ed impegno, superando con caparbietà e forza d'animo, le iniziali difficoltà. Ha sempre avuto grande fiducia nel Club, dove si trovava a suo agio. Uomo discreto, umile, buono e sincero, sapeva trasmettere la sua serenità agli altri. Possedeva la capacità di saper ascoltare e di non giudicare. La grandezza ed il valore di una persona si vedono soprattutto nei momenti di difficoltà e nelle prove alle quali la vita ci sottopone. Proprio nei lunghi mesi della sua malattia, Giuliano ha manifestato una forza d'animo che ci ha sorpresi.

Ci confidava le sue speranze ed i suoi timori, senza mai lamentarsi o lasciar trasparire abbattimento, anche quando le sue condizioni di salute si erano particolarmente aggravate. Giuliano ha conservato, anche in questa dura prova, la sua abituale serenità ed una grande dignità.

Noi ti ringraziamo, Giuliano, specialmente per la lezione di vita che ci hai dato, per la forza interiore che hai dimostrato nell'affrontare le fasi più dure e difficili della vita. Desideriamo che queste poche righe siano di conforto alla tua cara moglie Rita ed a tutti i tuoi cari che hanno condiviso le fasi del tuo cammino verso la sobrietà nel Club e poi quelle della tua dolorosa malattia. Caro Giuliano, noi che abbiamo condiviso con te gioie e dolori, non ti dimenticheremo mai, ma tu, da lassù, aiutaci ad essere forti come sei stato tu!

I tuoi Amici del Club "Ciclamino" di Rabbi col Servitore-insegnante
Vigilio Leonardi





L'uomo che voleva volare

"Sarebbe stato bello volare sul paese, leggero e silenzioso come il falco..."

La vita delle persone di cui racconto, mi sono passate accanto e non mi hanno lasciata indifferente. Per questo motivo le ho scritte e perché non si perdessero con la mia memoria, le storie che mi colpiscono di più, quelle che più spesso vengono "a galla", sono anche storie di dolore, anzi, spesso sono solo di dolore. Per il momento mi sembra giusto raccontare sofferenze non comprese, vite ritenuti inutili. Credo, però, che nessuna vita possa essere considerata inutile se riesce a rimanere a lungo nei ricordi: la vita poi è un dono, qualunque vita, anche la più sofferta. E chi ci ha fatto il dono della vita non è responsabile delle nostre sofferenze: queste sono parte della vita, come tutto il resto.

"L'uomo che voleva volare" è la storia di Bepi. Nella piana Rotoliana, dove è vissuto, era conosciuto e guardato con occhio indulgente, come si guarda un ragazzino irrequieto, un monello. Bepi irrompeva al Club portando ogni volta un certo scompiglio perché la sua voglia di raccontarsi era incontenibile, ma non fu mai sgarbato o im-

pertinente. Del resto era sempre ben accolto da tutti; lui lo notava e prima di andarsene ci ringraziava. Penso che a molti faceva tenerezza, quel sentimento che si prova davanti ad un uomo mai diventato adulto, anzi, che aveva dovuto restare fanciullo per poter sopravvivere. La sua storia l'ha raccontata lui quando veniva al Club. Io ho ommesso volutamente le parti più crude per farla sembrare una specie di favola ed ho aggiunto un po' di fantasia dove occorreva... Al Bepi piacerebbe. E gli piacerebbe sapere che molti leggeranno e penseranno a lui, ancora, per un momento. Lo sapeva che ci sarebbe riuscito prima o poi. Ci aveva provato tante volte da piccolo, prendendo la rincorsa con le braccia aperte e spiccando un salto verso il vuoto. Finiva sempre ruzzoloni giù per il bosco e quando si fermava finalmente, ansante e frastornato, coperto di foglie e con qualche taglio e livido in più, si prendeva la testa fra le mani e stava lì a pensare se la rincorsa era stata insufficiente o se era tutta colpa del vento a sfavore. Dopo tanti e diversi tentativi tutti falliti, aveva tentato un vero esperimento. Aveva sentito parlare di motori a scoppio. A scoppio... forse era quello che ci voleva per una buona spinta iniziale! Però bisognava produrre lo scoppio. Uno forte per davvero. Non erano passati tanti anni dalla fine della guerra e in tutto il territorio,

specialmente vicino ai ponti della ferrovia, capitava ai contadini di rinvenire durante l'aratura dei campi qualche residuo bellico. A volte, spesso anzi, si trattava di bombe o di mine inesplose. Era pericoloso, addirittura poteva essere mortale maneggiarle o, peggio, manometterle e l'ordine era quello di chiamare i carabinieri per il recupero. Per scoraggiare i bambini, per i quali era diventato un gioco andare alla ricerca di bombe e metterli in guardia sui pericoli che correvano, i Carabinieri andavano in tutte le scuole a mostrar loro come erano fatte, tirandole fuori da grosse valigie che ne contenevano di tutti i tipi: bombe a mano, granate, mine, bombe di aereo. Un arsenale pericoloso, un gioco che poteva diventare mortale per tanti bambini. Tutte le parole spese per mettere in guardia da questo pericolo, fecero a Bepi l'effetto che ebbero anche su tanti altri: quello di incuriosirlo ancora di più e di renderlo, se possibile, ancora più spericolato, aumentando il desiderio di partecipare a questa specie di caccia al tesoro. Se c'era una cosa che poteva provocare lo scoppio, un vero scoppio che servisse a dargli la spinta giusta per prendere il volo, lui ce l'aveva ben nascosta da un po' di tempo. Perché, infine, l'aveva trovata una bomba inesplosa... Era un "ananas". Aveva un anello, la sicura, bastava tirare e... Aveva pensato che ce

l'avrebbe fatta a volare perché non pesava molto: in pratica era pelle e ossa. Si era messo in piedi sul davanzale della finestra di camera sua, tenendo ben stretto in mano l'ananas. Pensava che lo scoppio lo avrebbe scaraventato fuori dandogli la spinta giusta, poi ci avrebbe pensato il vento a sostenerlo e farlo volare. Abitava alla Toresela, sulla collina, e sarebbe stato bello volare sul paese leggero e silenzioso come il falco che partiva dal bosco dietro casa e volteggiava sulle campagne senza muovere nemmeno le ali, sostenuto dall'aria.

Silenzioso, elegante ed attento ad ogni piccolo movimento, appena avvistava una preda, iniziava la picchiata: scendeva giù veloce e, senza fermarsi, la ghermiva col suo becco poderoso, poi, con una rapida virata, tornava su, verso il bosco, col suo bottino. Invece che in volo dalla finestra spalancata verso la valle, fu scaraventato verso l'interno della camera, proprio contro la porta. Quando la sua mamma aveva sentito il fragore dello scoppio, era corsa su a vedere cos'altro aveva combinato quello strambo di suo figlio che voleva fare l'inventore. Non era riuscita ad aprire la porta e aveva dovuto chiedere aiuto; poi, insieme al vicino accorso, aveva spinto finché erano riusciti ad aprire ed avevano trovato il Bepi in un lago di sangue.

La granata gli era scoppia-ta in mano e, insieme alle dita, si era portata via un occhio, un bel po' di faccia e pezzi di carne dalle braccia e dal torace. "L'è mort! L'è mort!" Il Bepi sentiva la mamma gridare e piangere. Lui glielo stava dicendo

che era vivo, che era lì vicino al soffitto che stava cercando di raggiungere la finestra per volare via, non ci riusciva, ma era vivo e guardava giù e vedeva sua madre che urlava mentre raccoglieva pezzi di carne che metteva tutti vicini al Bepi rotto che c'era sul pavimento...Aveva visto gli infermieri portarlo via e li aveva seguiti sull'ambulanza a poi in ospedale. Avevano cercato di aggiustarlo e ci avevano messo un bel po'. Lui stava lì sopra e guardava curioso tutte quelle persone con camice e maschera: era tutto bianco in quella stanza, c'era una luce fortissima e l'unica cosa colorata era Bepi che era tutto rosso. Tacevano tutti e sembrava che stessero rammen-dando, perché avevano in mano

ago e filo e cucivano. Cucivano per aggiustare tutti i buchi e gli strappi, ma non brontolavano come la mamma quando tentava di aggiustare le braghe che Bepi si strappava quando si arrampicava sugli alberi o quando, correndo, ruzzolava giù tra sterpi e sassi, impigliandosi dappertutto. Dopo tanto tempo avevano finito e lui era tutto rammen-dato e bendato. Sembrava una di quelle mummie che aveva visto sul libro, quelle dei faraoni dell'antico Egitto. Anche lui era un faraone morto come una mummia. Per quanto tempo era rimasto lì a fare la mummia? Non lo sapeva, ma era stanco di stare a guardare il Bepi fermo e morto, così un giorno aveva provato a muoversi. Voleva alzare un braccio per dire: "Ehi, ci

sono, sono qui stanco di essere bendato, liberateme, che voglio tornare vivo!" Qualcuno si era accorto che il Bepi stava muovendo le dita di un piede e aveva incominciato a chiedergli qualcosa. E lui glielo ripeteva che era vivo, che non era un faraone morto, era stanco, proprio stanco di fare la mummia e voleva tornare alla Toresela a guardare il falco che veniva giù dal bosco.

Gli avevano detto che avrebbe dovuto restare a letto per un bel po', per guarire tutte le ferite e perché non ci vedeva. Un occhio era saltato via nello scoppio e l'altro era stato danneggiato da una scheggia che non era stata ancora rimossa. Lui aspettava che la mamma andasse giù al paese a fare il bu-



cato o a stirare per mettere insieme qualche lira; si alzava dal letto e andava fuori a cercare di vedere il falco, anche se in realtà non vedeva altro che luci e ombre. Ma anche così, era meglio stare fuori e sentire il calore del sole o il muoversi dell'aria, piuttosto che stare fermo nel letto, adesso che era tornato vivo. La mamma non poteva stare tranquilla, sapendolo solo in casa, ansioso di sentirla andar via per girovagare nel bosco, malfermo sulle gambe e quasi cieco, e aveva pensato di portarlo a Belluno da nonno Sante che si era preso l'impegno di occuparsi di quell'irrequieto. E ci era riuscito, alla fine. Perché aveva una medicina speciale. Una medicina che lo calmava facendolo stare buono nel letto, anche se al Bepi pareva di essere nel bosco vicino al falco e appena lui spiccava il volo, il Bepi volava anche lui. Lo poteva fare anche ad occhi chiusi, anche se orbo, perché il falco aveva una vista formidabile che bastava per tutti e due.

Era rimasto tanto tempo dal nonno, ma non era annoiato mai perché tutti i giorni poteva volare col suo falco su e giù per la valle in cerca di animaletti da portare ai piccoli del nido nel bosco. Finalmente gli tolsero tutti i punti e tutte le bende. Un giorno lo accompagnarono a Padova in un grande ospedale per aggiustargli anche gli occhi: ne misero uno di vetro al posto di quello che mancava e gli tolsero la scheggia dall'altro. Per tutta la vita non dimenticò la gioia che provò nel rivedere il volto di sua madre, anche se da un occhio solo e attraverso una lente spessa come il fondo di una bottiglia, né mai dimenticò i sacrifici della mamma né la risolutezza che ebbe nel volere a tutti i costi tentare un intervento rischioso, costosissimo e dall'esito incerto, per ridare un po' di vista a quel

suo figlio rotto e ricucito. Tuttavia i danni irreversibili furono molti e il Bepi non poteva più prendere rincorse, allargare le braccia e spiccare un salto per cercare di volare. Passava ore seduto sul davanzale della finestra della sua stanza alla Toresela a guardare il falco volare e spesso era triste quando pensava che lui non avrebbe volato mai. Per fargli passare la malinconia lo portavano su in Cadore dal nonno. Il nonno aveva sempre la "medicina", quella che permetteva a Bepi di prendere il volo e librarsi nel cielo insieme al suo falco e al nonno di stare ancora con Rachele, quella moglie morta da troppi anni e che a lui mancava sempre di più. I due, nonno e nipote, si facevano buona compagnia, anche se spesso neanche potevano rendersi conto della presenza l'uno dell'altro. Fu per caso che Bepi trovò la medicina a casa sua. Un dente cariato gli aveva fatto gonfiare la guancia e gli faceva tanto male da farlo ululare dal dolore. La mamma, come estremo rimedio, versò alcune gocce di liquido trasparente e incolore su un batuffolo di ovatta e glielo mise, tra urla e imprecazioni, nella caverna che gli si era formata nel dente. Bepi succhiò, riconobbe il sapore e seppe che si trattava della stessa medicina del nonno: i mal di

denti aumentarono e la bottiglia si vuotò in fretta... Aumentarono anche le malattie che si potevano curare con quella medicina. Malattie che si inventava sempre più spesso per poterne avere ancora...

E per volare. Doveva berne di più di quanta gliene dava una volta il nonno, altrimenti non funzionava. E Bepi ne beveva tanta. E allora volava leggero come il falco che non poteva più vedere perché la sua vista era peggiorata o forse perché se n'era andato o era morto: chi lo sa quanto vivono i falchi?

Quando non volava, non poteva restare chiuso in casa. Girovagava per il paese e parlava con chiunque. Se non c'era in giro nessuno disposto ad ascoltarlo, parlava da solo a voce alta. Si vestiva nei modi più insoliti. Almeno così pensavano gli altri, quelli che non sapevano dei suoi viaggi, delle sue avventure. Se era reduce dall'aver domato un furioso incendio, era logico che si presentasse al bar vestito ancora da pompiere a bersi qualche bicchiere e a raccontare l'accaduto prima di tornare a casa. Se indossava la divisa da "pronto intervento", era perché aveva salvato quattro persone rimaste intrappolate in un'automobile rotolata giù per la scarpata. Se aveva un incontro galante, al bar ci andava prima e dopo l'appuntamento e si presentava in doppietto, camicia e cravatta, trench e cappello: elegantissimo! A volte guardando il telegiornale si rendeva conto che le cose nel mondo non andavano bene, che i cattivi erano troppi e che ci voleva qualcuno che mettesse un po' di ordine se non si voleva andare tutti alla malora. Allora girava in camicia e pantaloni neri infilati negli stivali di cuoio, giubbotto di pelle nera e così carico di spille e medaglie da sembrare un ge-



nerale con in testa una bustina militare nera anche quella. Naturalmente le sue tasche erano piene di armi che, se ce ne fosse stato bisogno, avrebbe saputo adoperare. Quella più pericolosa la teneva nella tasca destra dei pantaloni: il pollice e l'indice della mano destra, unici superstiti dello scoppio della granata, col proiettile in canna.

Molti pensavano che a Bepi piacessero i travestimenti. Non erano travestimenti: erano i personaggi, gli eroi dei suoi sogni, quelli che faceva sempre più spesso. Non volava più, non ci riusciva e gli dispiaceva, ma aveva la possibilità di vivere tante vite, di essere ogni volta un personaggio diverso, di raccontare tante avventure a chi aveva voglia di ascoltarlo. Se no le raccontava al vento, a se stesso e gli bastava. Due settimane fa, era sera, lo hanno visto camminare lungo la strada principale del paese. Parlava a voce alta, come sempre e gesticolava. Indossava una divisa color kaki, chissà chi era in quel momento? Un militare in Iraq, forse. Del resto era già stato in Bosnia ed in Afganistan. Qualche cosa l'aveva fatto arrabbiare moltissimo: un attentato kamikaze?

Quanti morti c'erano stati?

Quante perdite fra i suoi compagni?

Dove andava così in fretta?

Era stato convocato al Quartier Generale?

Ha attraversato la strada. Le automobili continuavano a passare, ma era stato fortunato nell'attraversare in un momento in cui non c'erano veicoli nelle vicinanze. Adesso è sul marciapiede. Cosa pensa?

Cosa lo spaventa, lo fa sussultare all'improvviso?

Con un balzo è di nuovo in mezzo alla strada, proprio nel momento in cui arriva anche il muso dell'auto... Bepi cade sul

cofano, con la testa sfonda il parabrezza e spicca un salto verso l'alto, perpendicolare. Una bella spinta, una traiettoria perfetta, un bel volo. Adesso Bepi sta volando.

A braccia aperte, col casco da aviatore in cuoio con la cinghiet-

ta che passa sotto il mento, gli occhiali da motociclista e il suo trench stile Humphrey Bogart...

*Piercarla Pettenuzzo
Servitore - insegnante
del Club "Jonathan"
Mezzolombardo*

RINO VALENTINOTTI

A meno di tre mesi dal ricovero in ospedale, tu, caro Rino, ci hai lasciato! Da ben dodici anni frequentavi il Club "Non ti scordar di me"



di Caldes, sempre ligio agli appuntamenti settimanali ed al principio di sobrietà assoluta. Il tuo vivere silenzioso ci ha dato tanto, trasmettendoci il valore dell'ascolto e della condivisione. Eri piuttosto taciturno, ma quando si parlava di alcol, tu eri il primo a sottolinearne i pericoli ed a suggerire saggiamente di non bere per non creare situazioni di grande pericolo e disagio per noi e le nostre famiglie. Ricordavi spesso quanto avevi sofferto tu ed i tuoi cari, per colpa di questa sostanza che avevi bandito definitivamente

dalla tua vita, grazie alla tua volontà, alla tua tenacia ed al sostegno di tua moglie e dei tuoi figli. Grazie a loro ed alle famiglie del Club, sei riuscito a arrivare ai dodici anni di sobrietà.

Tutto quanto desideravi si era realizzato: avevi l'amore della tua famiglia, eri alquanto sereno, ti dedicavi con solerzia ai lavori di campagna. Purtroppo la vita alle volte è crudele.

Quando avevi raggiunto queste mete, ecco coglierti la malattia che hai affrontato con serenità fino all'estremo, quando, affidandoti al Signore, hai sussurrato: "Mi abbandono al suo dolce abbraccio e gli consegno per sempre l'anima mia". Ti ricordiamo con gratitudine e rimpianto.

Ad accompagnarti all'ultima dimora c'era una gran folla per dimostrarti quanto tu fossi conosciuto e benvenuto: e c'eravamo anche tutti noi, ancora increduli e scossi per la tua scomparsa, con il cuore colmo di angoscia e la mente piena di ricordi e di nostalgia.

Nel Club, dove hai lasciato dei veri amici, mancherai tanto. Ti ricordiamo nella tua semplicità, con i tuoi silenzi "eloquenti" e così ti porteremo per sempre nei nostri cuori.

*Gli Amici del Club
"Non ti scordar di me"*



San Pancrazio

"...continuerò sul cammino della sobrietà con grinta e convinzione..."

Al personale medico e paramedico dell'ospedale S. Pancrazio di Arco

Mi chiamo Olivo Valentini. Al termine del programma riabilitativo al quale ho partecipato, desidero rivolgervi un caloroso grazie di riconoscenza. Con la vostra spiccata professionalità, disponibilità e gentilezza, ho potuto acquisire nozioni delle quali ero nella più totale ignoranza.

Grazie a voi ritorno a casa con un bagaglio di informazioni che mi aiuteranno a consolidare la convinzione e la forza per perseverare nella mia astinenza nei giorni a venire ed a maturare e mantenere la mia sobrietà nel tempo. Mi sono reso conto che dalla dipendenza alcolica è difficile venirne fuori, ma non impossibile: ci vuole tanta forza di volontà e motivazione!

Mi sono altresì reso conto che essa è paragonabile ad una polveriera circoscritta nel nostro cervello che basta la pur minima scintilla per farla esplodere in tutta la sua gravità e potenza. Bisogna essere sempre prevenuti e vigili alle prime avvisaglie di ricaduta e cercare preventivamente di correre ai ripari. Come? Chiedendo aiuto a persone competenti che possono aiutarci a risolvere il problema alcolcorrelato.

L'assunzione di sostanze alcoliche vuol dire la distruzione fisica, psichica ed economica della persona umana, distruzione lenta ma inesorabile che, come nel mio caso, arreca anche danni economici quasi irreparabili. Come accennavo nella mia lettera di presentazione, frequento il Club "Simpatia" di Trento da due anni ma, date le mie frequenti ricadute, ho chiesto aiuto al Servitore - insegnante del Club, la Signora Carmela Gasperat, la quale mi ha messo in contatto con il Servizio di Alcolologia che ha provveduto, nel più breve tempo possibile, a che io potessi essere ospitato per un certo periodo al S. Pancrazio di Arco. Anche a loro vorrei esprimere la mia riconoscenza.

Da che mondo è mondo, le chiacchiere sono sempre rimaste tali, ma ciò che vale sono i risultati. È inutile piangersi addosso e leccarsi le ferite, come nel mio caso.

Bisogna reagire con fermezza,

pensando che nel nostro mondo c'è gente sempre disponibile a darti una mano. Me ne vado da qui più motivato e fermamente intenzionato e determinato a riprendere in pugno la situazione e la mia vita, proponendomi di non ricadere mai più poiché, essendo solo, farei molta più fatica a rialzarmi... Noi che abbiamo il problema dell'alcol, non siamo in grado di camminare da soli, perciò dobbiamo trovare il coraggio, mettendo da parte l'orgoglio, di chiedere aiuto per essere sostenuti. È mia ferma intenzione di continuare il cammino intrapreso con più grinta e convinzione, di frequentare il Club con assiduità, perché solo così facendo potrò continuare il lavoro che mi sta molto gratificando. Saluto tutti, rinnovando il mio più sentito grazie.

*Olivo Valentini
Club "Simpatia"
Trento*

ERRATA CORRIGE

Nel n° 3/2005 di Centro Club-Notizie, a pagina 19, è stato pubblicato l'articolo dal titolo: "15° Interclub zonale" firmato da Adriana Perghem - Servitore-insegnante del Club "La Bussola".

Precisiamo che il Servitore-insegnante di questo Club è Gabriele Pegoretti.



Il coraggio di cambiare

"...non è poi così grave perdere la libertà, ciò che è grave è perdere se stessi..."

Nella vita ognuno prende la sua strada. Alla fine di quella sicura dell'infanzia, c'è un grande incrocio e bisogna saper scegliere. Può un ragazzo di 18, 20 anni scegliere la strada giusta? La strada che ho scelto era piena di sorprese. Sempre in discesa e, dopo ogni curva un'osteria, un bar, una discoteca: lì, amici immersi nel fumo e ragazze poco vestite; bottiglie piene per la felicità temporanea.

Sentivo sempre più lontane le voci che volevano mostrarmi l'altra via, quella giusta. Però in salita.

Ho sposato la ragazza che si è trovata nel mio letto una mattina, dopo una tournée notturna nei bar. Lei beveva più di me. Abbiamo avuto un matrimonio davvero dinamico con tanti "up and down". Siamo rimasti insieme più di 20 anni e abbiamo avuto 2 figlie. Nel '98 si è ammalata e, dopo un breve periodo è morta di cancro al seno. Avevo quasi 50 anni. Le fi-

glie, cresciute, hanno preso la loro strada. Io mi sono sentito solo e perso. Gestivo un ristorante in affitto. Ogni sera ero lì con qualche "amico" ubriaco. Il senso della vita mi sfuggiva tra le dita. Il mio futuro sembrava una bottiglia piena oggi e un vuoto domani. La soluzione del problema è venuta da mio fratello: andare a lavorare con lui in Bosnia. Durante la guerra avevamo condotto i convogli umanitari, adesso potevamo aiutare a ricostruire.

Ha creato una azienda di costruzione e ha inviato anche me. Vendendo tutto ciò che possedevo, ho comprato due camion usati: uno per il trasporto del cemento e l'altro ribaltabile da cantiere. L'avventura è cominciata. In Bosnia abbiamo lavorato tanto. Troppo. Esagerando nel lavorare abbiamo esagerato anche nel bere. Dovevo lasciare questa abitudine in Slovenia, invece di portarla con me!

Mi sono sposato di nuovo. Lei aveva perso il marito in guerra. Aveva 40 anni ed era senza figli. Una donna veramente brava e amichevole. E non beveva alcol. Dopo un periodo di frequentazione è rimasta incinta. Ero confuso. Non mi aspettavo che la vita potesse andare così: essere padre di nuovo a cinquant'anni.

Non era il bambino che mi preoccupava, era la mia responsabilità. Nel gennaio del 2000 è nata Ines. Piccola luce di nuova speranza.

Mi sono ammalato, gravemente. La mia riabilitazione è durata più di un anno. Dieta, niente lavoro e soprattutto niente alcol. Nel frattempo è fallita l'azienda di mio fratello. Sono stato costretto a vendere i camion sotto prezzo per poter sopravvivere. Volevo ritornare in Slovenia, ma ammalato, senza un lavoro e senza soldi non potevo facil-



DAI CLUB

mente prendere questa decisione. Ho cominciato a fare occasionale commercio di macchine usate, frequentavo gente strana e nel giro di poco tempo ho ricominciato a bere. Ed è così che ho incontrato le persone pronte ad "aiutarmi" in cambio di un piccolo favore: dovevo portare un pacco a Padova.

Ed eccomi qui, in carcere. Ho preso cinque anni e mezzo per quel piccolo "favore". Sono ormai passati quasi due anni da quando ho visto la mia piccola Ines per l'ultima volta.

Ho scelto la strada sbagliata. Non lo sapevo allora. Adesso ho 56 anni e per miracolo sono ancora vivo e mi trovo in un posto

sicuro. Poteva andare peggio. Così diceva mia moglie, quando succedeva qualcosa all'improvviso. Non è poi così grave perdere la libertà. La cosa più grave è perdere se stessi. Stando in carcere ho trovato cose dentro di me, che non sapevo di possedere. Non avevo neanche tempo di cercarle. Tanti alberi, ma non vedevo il bosco. Ho smesso di bere da quasi due anni e da qualche mese non fumo più. È stata dura. Sono dimagrito di 25 Kg e sto bene. Mi sono curato, ho preso il diploma di Terza Media e frequento la scuola superiore. Ho fatto parecchi corsi, leggo libri, disegno. Nel disegno dicono che sono pro-

prio bravo. Ho imparato anche la vostra bella lingua. Frequento il Club interno "Alba Nostra": mi sforzo di dare il mio contributo e accolgo con gioia quello che ricevo dagli altri. Penso che quando uscirò sarò più ricco. Ricco nel cuore. Non sono i soldi la misura giusta della ricchezza: è l'amore. Soprattutto l'amore per se stessi. Chi non ama se stesso non è capace di amare gli altri. La vita è un regalo di Dio e bisogna amarla.

Con fiducia e speranza.

*Branko Grden
Club "Alba nostra"
Carceri Rovereto*



24° Interclub Provinciale dei Club degli Alcolisti in Trattamento

DOMENICA, 11 GIUGNO 2006

presso

**la Scuola Superiore
di**

Tione di Trento



Ragazzi che rischiano la vita...

"Riuscite ad immaginare i momenti successivi alla fine della vita?..."

Questo articolo che abbiamo trovato su Internet, non parla di alcol, ma dell'immane dolore che la perdita di una persona cara, di un figlio in questo caso, produce nella famiglia. Da anni ormai si parla delle "stragi del sabato sera" ed è ben noto che la maggior parte degli incidenti in cui perdono la vita i giovani, all'uscita dalle discoteche o da feste goliardiche, sono causate dall'alcol. Proponiamo alla lettura dei nostri amici questo articolo che ci farà riflettere, ma soprattutto farà riflettere i nostri figli.

Quando si è giovani è strano, poter pensare che la nostra morte venga e ci prenda per mano. È un brano di una canzone dei Nomadi "Dedicata ad un'amica", di una trentina e passa di anni fa. I ragazzi corrono nel vento, cercano di emulare, spensierati, forti della loro giovane vita, immortali come Achille, che pur immortale non era. Corrono in auto, in moto. Si aspettano l'ebbrezza, cercano le sensazioni forti e si sopravvalutano. Pensano che gli incidenti capitino sempre agli altri, ai loro stessi amici di cui a volte devono partecipare alle esequie. Ma non registrano che sotto il foglio della vita aderisce perfettamente quello della morte, i cui margini sono pronti a debordare in un attimo di distrazione, diventando l'immagine principale. I ragazzi non sanno cos'è la morte nel dettaglio, quale bagaglio di squallida sofferenza può avere in sé, quale dolore può imprimere nei genitori che innaturalmente devono seppellire i loro figli. La morte è cruda, concreta, dà confidenza a chiunque ed accetta le sfide,

perché è sicura di vincere prima o poi. I giovani che corrono, rischiano e si misurano con i loro limiti (che spesso sconoscono) non capiscono cosa può essere per i loro genitori un incidente grave, nel quale riporteranno menomazioni o addirittura moriranno. Bisognerebbe far viver loro, da spettatori, l'esperienza tragica di un incidente mortale di un loro coetaneo. Lo schianto, il silenzio assordante degli attimi che seguono, il corpo riverso sull'asfalto, le frenate delle auto che si fermano per i soccorsi, il sangue, le urla di chi, vedendo, ha capito... Poi la sirena di un'ambulanza, l'arrivo in pronto soccorso, il livello rosso di attivazione dei sanitari, il rianimatore, i raggi x per constatare gli effetti devastanti dell'urto sulle ossa, sugli organi e l'ultimo respiro esalato mentre arrivano i parenti. Ragazzi, sapete cosa può voler dire per un padre ed una madre apprendere dagli occhi di qualcuno che il proprio figlio non c'è più? Che è morto poco prima in una lettiga, tra estranei, prima del suo tempo, senza neppure un bacio? Avete mai ascoltato le

urla o lo strazio composto? Gli abbracci disperati che si cercano per un reciproco sostegno? Sapete come è fatto un obitorio? È surreale e c'è freddo. Sapete immaginare il corpo nudo di un giovane devastato sul marmo? Conoscete il colorito grigiastro della morte? Gli occhi socchiusi? E l'incedere di un medico legale incaricato da un magistrato di ispezionare quel corpo?

O magari di effettuare l'autopsia? Un corpo immobile che prima era una vita ed ora è gonfio di sangue, ghiacciato, deturpato. Bisognerebbe vedere due genitori distrutti che aspettano che il cadavere sia dissequestrato e restituito per i funerali.

Gli addetti alle pompe funebri, discreti ma efficienti che lavorano e cercano il parente più lucido per programmare il funerale, per scegliere le parole giuste per i manifesti mortuari. Il ronzio di voci, di volti esterrefatti, solidali, di circostanza, che si avvicinano, baciano, fanno le condoglianze. Ma anche il flusso di ricordi che affolla la mente di chi è in vita e se ne fa una colpa. I genitori non dovrebbero mai seppellire i

propri figli, è innaturale, iniquo. Ragazzi, pensate mai a quanto grande può essere un dolore simile? In una chiesa gremita di volti affranti, abiti scuri, con una bara in mezzo, davanti all'altare, i fiori, l'omelia pietosa del sacerdote che predica la speranza e la fede nella resurrezione, in un momento dove è difficile andare oltre la crudezza del dolore. Riuscite ad immaginare i vostri genitori, i fratelli, i parenti, stretti sui banchi di quella chiesa, distrutti, inebetiti, avvolti da un'atmosfera surreale?

E pensate al dopo, ai compagni, agli amici che si alternano con occhi rossi a portare il feretro a spalla tra gli applausi appena fuori dalla chiesa degli intervenuti. Ripensate a quei vostri genitori che non sanno perché sono lì, ai funerali di chi, che devono ringraziare le pietose mani che li toccano o solo li sfiorano, mentre loro sragionano, piangono, ridono.

Immaginate quanto grande può essere un simile sfinimento per chi nutrive progetti, fantasticava traguardi e si aspettava sorrisi e strette di mano, ma di congratulazioni? È difficile capire cosa c'è nell'animo di un genitore se non si è messo al mondo un figlio. È atroce pensare di poterlo accompagnare in cimitero, dentro una bara, per chiuderlo per sempre in una tomba. Non sappiamo se la crudezza di queste riflessioni, purtroppo meno reali della realtà, valga la prudenza di un ragazzo.

Possa frenare l'apertura del suo polso o la spinta del piede sull'acceleratore in tante circostanze ove si pensa di non incontrarla mai, la morte né ad un incrocio e neppure dietro una curva con cui cimentarsi per vedere quanto si è abili alla guida. Ma dietro ogni gara ci sono altre persone. Quelle che tremano, che palpitano, che pregano per

noi. Quelle che ci vogliono bene ed alle quali neppure pensiamo, talmente è scontato che ce ne vogliono.

Ma non è così, se ci pensate. Essere amati è un privilegio che non può prevedere lo sprezzo dei sentimenti, il rifiuto della logica, lo scherno della cautela. La morte è a volte in agguato, a prescindere. Ma quando si è giovani è più probabile che la si vada a stuzzicare, perché essa di norma si rivolge altrove, ad altri. La sua rappresentazione ne celebra un patos teorico, ne esalta il mistero, la rende nobile. Ma

affrontarli nei suoi esiti, davanti alle spoglie di un figlio, è tutta un'altra cosa.

Essa è assurda tragedia, desolazione della carne, profonde ferite dell'anima che un adulto non rimarginerà mai, morendo anch'esso dentro, senza la consolazione dell'oblio.

Prudenza e basta vuol dire poco. Ma rispetto per l'amore che suscitiamo in chi ci ama, dovrebbe essere un valore.

Roberto Cafiso
giornalista de "La Sicilia"

XIV° CONGRESSO NAZIONALE
DI SPIRITUALITÀ ANTROPOLOGICA
E DI ECOLOGIA SOCIALE

Spiritualità
antropologica:
la responsabilità
nella vita del club



ASSISI, 12-13-14 Maggio 2006

Apertura del Congresso:
venerdì 12 maggio ore 16.00

Organizzatori:
SANTINO PANTÈ - DANILO SALEZZE - PIERPAOLO VESCOVI



Le nostre strade

Ognuno di noi ha la sua strada che si costruisce nel concreto del quotidiano, dando senso a ciò che viviamo.

Ognuno di noi, sotto i suoi piedi e nel cuore, ha una strada da percorrere: è la sua strada e solo su questa strada scopre, giorno dopo giorno, ciò che la vita gli chiede. Strada che per ciascun uomo ha avuto il suo inizio nel momento stesso in cui la vita l'ha chiamato all'esistenza, costituendolo come persona unica ed irripetibile. È su questa che ognuno di noi, nel percorrerla, scopre la sua vocazione specifica con il relativo compito che la vita gli ha affidato. Importante è avere la consapevolezza che la strada della vita e del bene non è una cosa astratta, ma è una strada che si costruisce nel concreto del quotidiano, dando senso e significato profondo a tutto ciò che viviamo. E non solo, ma più ancora la si costruisca con le nostre scelte di vita, al fine di dare una qualità nuova al tempo che c'è da vivere. Tempo che può diventare esistenzialmente significativo, perciò assume anche un notevole rilievo storico. Ai fini di quanto vorremo porporci perché la nostra storia divenga una storia propositiva, noi riteniamo sia importante fidarsi della vita, perché è sempre ricca di novità e di risorse inedite, anche nei momenti in cui la strada si fa in salita. Anzi, a volte è proprio questa fatica a risvegliare dentro di noi energie e capacità che non pensavamo

proprio di avere. E questo, a volte, può diventare festa per la nostra vita, il che significa vivere in modo nuovo, più consapevole e più gioioso. Noi sappiamo che ogni vita, proprio perché è vita, è in cammino in avanti che porta in sé la tensione verso il compimento, la pienezza. Inoltre sappiamo ancora che l'esistenza umana si proietta sempre al di là di se stessa, si rivolge sempre ad un significato più profondo. Dobbiamo allora avere un certo timore di non accorgerci della vera vita che si svolge nella filigrana della nostra esistenza perché, dentro l'esperienza quotidiana di ognuno di noi, molte occasioni di bene, non opportunamente colte, saranno inevitabilmente perdute, poiché la vita non si ripete. In ogni caso dobbiamo avere il coraggio di porci sempre nuovi obiettivi da raggiungere, nella certezza che la vita va oltre i confini della nostra piccola storia personale, per questo ci stimo a dare una direzione sempre nuova ai nostri percorsi. Se poi viviamo la vita come dono da condividere, diventeremo anche più disponibili a lavorare per una concreta solidarietà, giustizia e pace. Il che significa fare in modo che ogni ambiente, ogni situazione, ogni esperienza diventino tempo e luoghi favorevoli, dove ognuno si senta stimato e valorizzato per quello che è, indipendentemen-

te dalla posizione sociale, religiosa e culturale. La vita cresce e cambia se è aperta al desiderio di conoscere, incontrare il nuovo, l'inesplorato, l'imprevisto, in maniera sempre più profonda ed equilibrata.

L'Esperienza ci dice che è sempre con la forza che ci viene dal di dentro, che noi riusciamo a dare il meglio di noi stessi per far nascere il bene, poiché nessuna situazione è così negativa da non permettere un bene maggiore. Se così non fosse, vorrebbe dire che Dio è vinto dal male. La vita conserva la sua fatica, ma per chi ha una fede religiosa come pure per chi dice di non averla e tiene fede ai valori fondamentali della vita, sente che Dio non è estraneo alla realtà di tutti i giorni.

Siamo venuti alla luce per essere somiglianti a Dio che si vuole esprimere nel breve spazio di una vita umana e rivelarsi al nostro mondo attraverso i nostri gesti. Di conseguenza non possiamo esimerci dall'impegno di divenire persone che, con la loro testimonianza viva e profonda scrivono nuove pagine di storia. Possiamo allora considerarci persone positive per quello che realmente siamo nei confronti della vita, che a noi si presenta sempre nuova, sempre sorprendente, mai scontata. Se siamo motivati da uno stile di vita costantemente rinno-

vato che scaturisce dal profondo di noi stessi, sentiamo che l'orizzonte della storia ci appartiene e di conseguenza maggiormente responsabili nei confronti di tutta l'umanità. Quel che conta, alla fine, è scoprire come sia possibile dischiudere una prospettiva di libertà e di pace. A volte dalla trama dei nostri giorni, anche se non siamo consapevoli, emergono alcuni episo-

di che hanno il potere di richiamarci al senso di responsabilità nei confronti della nostra vocazione mai compiuta, ma sempre in divenire. È ancora di notevole importanza vivere intensamente il presente nella tensione verso il futuro con la disposizione al cambiamento, nella consapevolezza che ciascuno di noi vive dentro la sua storia e nel contempo la storia. Le nostre strade

hanno una loro traccia, ma sono riconoscibili unicamente mentre si realizzano, mantenendo lo stesso ritmo in tutte le stagioni della vita. Cadenzati passano gli anni, ma di pari passo sul nostro cammino cresce la vita, la capacità cioè di ricevere e donare attenzione, ascolto, amore, gratitudine

Suor Amelia Scanagatta

Sei tornato da me

(Storia di un piccolo cane biondo conosciuto da molti amici dell'Associazione dei Club degli Alcolisti in Trattamento, di cui anche lui fa parte, insieme alla sua famiglia).

Ti ho tolto il guinzaglio perché stessi meglio, regalandoti con mani assassine la libertà di correre ignaro verso la morte. Il mostro d'acciaio veniva inesorabile incontro a te, quando ti è stato vicino ti ha sorriso in un ghigno di lamiera brillanti, accecandoti di riflessi, non ti ha dato tempo di capire, mordendo ferocemente le tue tenere carni. Ha spento il sole dal tuo sguardo ingenuo, soffocando in una morsa feroce il tuo respiro, imprigionandoti in un abbraccio osceno. I tuoi strilli disperati hanno riempito il crepuscolo dolce della sera, creando intorno un silenzio pesante di tragedia: tacevano le rondini garrule, che fino a quel momento avevano sfrecciato veloci intorno alla ghioccolante fontana, spaventati i bimbi erano corsi lontano, vicino alle mamme incredule, silenzio nei bar vicini pieni di gente, immobile davanti a gelati liquefatti, caffè che si stavano raffreddando, bibite non più fresche... Nella piazzetta di paese tutto si è fermato, solo le cascate colorate dei fiori spiavano dai bal-

coni e dalle finestre quell'attimo cristallizzato di terrore congelato, incrinato dall'esplosione di un urlo, uscito come un proiettile dalla mia bocca: il tuo nome, piccolo cane forse in fin di vita, ululato con rabbia sul mostro ormai fermo, sui muri delle case caldi di sole, sui visi attoniti della gente ormai tutta intorno. Respiravo nell'aria odore di sangue, mi sfondavano le orecchie deboli guaiti affaticati, mi si moltiplicava negli occhi annebbiati di pianto l'immagine di un corpicino biondo, immobile, sotto una ruota enorme.

Sono caduta in ginocchio vicino a te, ho tirato, con la fretta di chi vuole sapere, ho rifiutato altre mani, con la disperazione di chi vuole vedere, ti ho raccolto fra le mie braccia fondendo il mio tremore con il tuo, ti ho tenuto sul petto dove battevano due cuori: uno impazzito e l'altro troppo lento, le mie mani imbrattate di rosso tiepido accarezzavano il tuo musetto dolce, mentre mi ascoltavo supplicarti di non andartene. Mai come in quel momento ti ho amato così tanto:

nemmeno quando all'alba correvamo a perdifiato per i sentieri addormentati di campagna, quando nuotavamo insieme e tu arrivavi sempre primo, quando ci addormentavamo abbracciati nel grande lettone, aspettando che il tato ti mettesse piano nella tua brandina.

Mai come in quei momenti ho capito cos'è il macigno della solitudine che ti frana addosso quando non si è più insieme, ho sentito liquefarsi nelle vene il vento gelido dell'impotenza, il mio cervello fuso dall'elettroshock della paura.

Ti accarezzavo e tu mi mordevi, tra i tuoi dentini c'era sangue e non cattiveria, allora disperata ho ricordato i tuoi mille modi di volermi bene.

Quando la tua coda frangiata si faceva ventaglio di contentezza al mio saluto, la tua lingua rosa insisteva sulle mie mani lucidandole di umidi baci, il tuo rotolarti sul divano fino a mostrarmi il pancino roseo, godendoti ad occhi chiusi le mie carezze, ti vedevo spaventato correre a cercarmi, se per gio-

co durante le nostre passeggiate mi nascondevo, subivo i tuoi assalti festosi quando subito mi trovavi... Flash fotografici ad alta frequenza di tutta la tua vita mi sono esplosi nell'anima: da quando eri un tenero batuffolo biondo che stava nel palmo di una mano, ai tuoi lunghi sonni sul tappeto dello studio, vicino a me che scrivevo, la tua quieta compagnia nelle ore di lettura davanti al caminetto acceso o nelle faccende domestiche, la folle paura di perdere tutto nel tempo troppo breve di un ultimo respiro. Ho urlato ancora, ancora...e ancora...

La negazione più breve del mondo, che sanno dire anche i bambini piccoli, l'unica che racchiude nella precisione velenosa di due lettere i dolori più grandi, quando silenzi disperati implodono in schegge acuminata che si conficcano nel cuore facendogli urlare la sua agonia.

In ginocchio sul selciato ho implorato che si cercasse un veterinario, ingoiando lacrime e parole non dette, mentre ti nascondevo dentro al maglione, che avrebbe dovuto solo proteggermi dal fresco della sera estiva, sperando di tenere vivo quel filo di vita che ancora mi alitavi nel viso, con il caldo della lana e del mio corpo. Una corsa nella notte nera e la luce di una lampada abba-

gliante da sala operatoria, le tue carni martoriate trafitte dall'ago di una siringa. Ho spiato impotente il tuo lento abbandono a quel riposo artificiale, bevendo la tua quiete come unico balsamo efficace, sfiorandoti piano con carezze delicate, per infonderti finalmente pace.

Mentre dormivi quel narcotico sonno plastificato, piangevo davanti ad un replay continuato, stringendo l'umido sudario vuoto del mio maglione macchiato. Vedendoti così immobile, disteso su quel freddo piano d'acciaio, pensavo che forse non ti saresti mai più risvegliato.

La tua situazione era clinicamente gravissima, ma quando hai riaperto gli occhi ho letto nel profondo del tuo sguardo annesso, la grande promessa di non arrenderti.

Ti ho amato fino a stare male, per essere così piccino e dimostrare un coraggio così grande. Con i silenzi dell'amore ti ho chiesto di tornare indietro da quella dimensione sconosciuta, ti ho spiegato che non sarei stata così brava da trovarti come tu sai fare con me.

Ho sussurrato tante volte il tuo nome in una lenta ninna nanna, tutti quelli che nel tempo ho inventato per te, sperando che mi avresti risposto, come sempre.

Ti ho promesso prati verdi e ac-

que chiare, ancora e sempre tanto, tanto amore. Dopo un'attesa fuori del tempo sei tornato, con le ossa rotte e frastornato, pieno di lividi e spaventato, ancora una volta mi hai trovato, anche se questo non era un bel gioco. Ti ho chiesto perdono per un guinzaglio mancato, chinando la testa a un destino che forse comunque ti avrebbe centrato, ho accolto il mio errore, soffrendo fino in fondo il mio dolore, adesso il dramma è finito.

Nei tuoi occhi limpidi è tornata la quieta bontà di sempre, sembra non esistere memoria del terrore passato.

Forse non ricordi più nulla, né cosa è successo, né dove sei stato, da solo, così lontano da me e dal nostro quieto mondo incantato. Se era migliore di questo, ti ringrazio per averci rinunciato, nel caso fosse stato peggiore, sapevo che non ti saresti ingannato. Segui ogni mio spostamento con il tuo musetto simpatico e non so come farti capire quanto sia felice di averti ancora con me, piccolo cane ormai guarito: un pasto ghiotto, un po' di gelato e un biscotto, un quadretto di cioccolato da sempre proibito, un giorno ci metteremo a dieta insieme, adesso dobbiamo festeggiare.

Ci siamo ritrovati più preziosi di prima, ora anche solo guardandoci da lontano, sappiamo davvero quanto ci amiamo.

Luciana Pieratti
Servitore-insegnante





Insieme ce la faremo!

"Mi sentivo chiamata a cominciare a far qualcosa per la mia gente ma soprattutto con la mia gente!"

Da due anni sono a Mbobero, Parrocchia a una quindicina di chilometri da Bukavu, immersa nel verde di bananeti e campi di fagioli.

Già l'anno scorso, rendendomi conto del gran numero di persone con gravi problemi di alcol un po' dappertutto nei nostri villaggi, avevo chiesto al Parroco di poter iniziare un Club, spiegandogli che cos'è e come funziona. Mi aveva scoraggiata dicendomi che era tempo perso, che in questa cultura *"un mushi (persona appartenente all'etnia shi) non è considerato una persona se non beve"*. Mi ero fortemente ribellata all'idea, soprattutto dopo essermi resa conto dei disastri che l'alcol produce sulla salute delle persone, nelle famiglie, nei vari gruppi nei quali sono impegnata (catechisti, giovani, Caritas), e anche a livello dei nostri sacerdoti.

Non mi sono persa d'animo, mi sentivo chiamata a cominciare a far qualcosa per loro ma soprattutto con loro. Una coppia che abita nel nostro stesso villaggio era venuta a parlarmi dei loro problemi. Mi ero resa conto che molti di questi erano legati alla birra di banane che loro stessi

producevano e anche al fatto che non riuscivano ad avere una misura nel bere. L'iniziativa era partita da loro e in modo molto pressante: *"Aiutaci, Delia, ti preghiamo!!!"* Di fronte a questa richiesta di aiuto, non potevo essere sorda. Ho raccontato loro l'esperienza con mio fratello Roberto, ho parlato loro del Metodo Hudolin, dei Club, dell'Acat e mentre parlavo mi sembrava che il loro volto s'illuminasse. La speranza ritornava a fiorire.

Intanto il parroco è cambiato e il nuovo si è mostrato subito favorevole all'iniziativa. Ho incontrato personalmente le coppie alcune volte, dopodiché loro stessi mi hanno chiesto se potevano proporre lo stesso cammino a dei loro amici con gli stessi problemi. Ed è così che è iniziato il bel tutto. La notizia è rimbalzata sulle varie colline della nostra missione e anche nella collina di fronte a noi dove sorge la Parrocchia di Bagira. Ci sono delle coppie che vengono a chiedermi la *"dawa"* (la medicina) per non bere più. Altri pensano che io abbia un *"ulozi"* (stregoneria-magia) che permette loro di non bere più.

Di fatto, tra le tante coppie che hanno iniziato questo cammi-

no, sono circa 25 quelle che si ritrovano oggi in tre piccoli Cub. Alcune hanno abbandonato subito poiché pensavano che venendo qui avrebbero ricevuto un beneficio materiale; altre si sono stancate quasi subito. Ci sono coppie dove solo il marito beve, ed è la maggioranza. Altre dove è solo la moglie che beve. Altre dove sono tutti e due che bevono. C'è una varietà di birre: quella di banane, quella di mais (che è molto forte), quella di miglio, e poi alcune birre prodotte qui nella vicina cittadina di Bukavu da una grossa birreria (Primus, Ngwasuma, Tembo, Turbo, ecc.) che fa soldi a palate. I motivi per cui le persone bevono sono i più diversi, ma principalmente a causa di una miseria diffusa (si beve per non pensare ai grossi problemi della vita) e della mancanza di lavoro. C'è chi ha perso tutto a causa della guerra, persino alcuni membri della propria famiglia e il lavoro, rifugiandosi poi nel bere. C'è chi ha incominciato a bere imboccato col cucchiaino dal papà o dalla mamma a pochi giorni di vita. Molti sono figli di grossi bevitori, morti per cirrosi epatiche. Tanti hanno visto preparare

la birra nel loro cortile, sin da quando sono nati.

Siamo su una collina di bananeti e questo spinge alla produzione di birra che è una fonte sicura per avere qualche soldo. In più, tutti gli eventi della vita del villaggio, sono accompagnati dal bere la birra e dal riunirsi attorno alla birra: la nascita di un bambino, la discussione della dote a varie tappe, il matrimonio, un battesimo, gli altri sacramenti, la morte, gli anniversari di morte, decisioni importanti da prendere, ecc.

Ci siamo divisi in tre Club e loro stessi ne hanno scelto i nomi: "Tutaweza" (Ci riusciremo!); "Ushindi" (La Vittoria) e "Songa Mbele" (Vai e guarda in avanti!). La gente del villaggio sta sentendo parlare piano piano di questi Club e si domanda, con molto scetticismo, se smettere di bere sarà possibile.

Cominciano a vedere nelle persone che hanno cominciato a frequentare i Club dei cambiamenti, sia fisici, che nelle relazioni di coppia, che nei loro figli e anche nei rapporti col vicinato. Molti continuano a pensare che io abbia una magia o una medicina particolare. E poi fanno un "controllo" nei vari bar (quattro pali con un tetto di foglie di banane!) per vedere se realmente i membri dei Club non siano ancora lì dentro. O vanno apposta a qualche festa per controllare

se bevono o in che stato sono. Questo controllo è veramente agguerrito ma porta frutti. Io ricordo sempre che la vera medicina è la volontà della persona e il sostegno della famiglia. Ci sono donne fantastiche che proteggono i loro mariti quando gli amici si fanno vivi per chiamarli ad andare a bere. Vedo persone rifiorire, bambini tornare a sorridere, marito e moglie che ricominciano a parlarsi, vicini di casa che volentieri prestano un servizio a chi prima li offendeva con parole pesanti; papà e mamme che si accorgono di nuovo di avere una casa che sta cadendo a causa della pioggia; papà e mamme che si accorgono di nuovo di avere dei bambini da accudire, vestire, nutrire, mandare a scuola; papà e mamme che ricominciano a vivere nella stessa casa, mangiare nello stesso piatto, dormire nello stesso letto, pensare insieme a come procurare da mangiare per quel giorno, fare qualche piccolo progetto insieme. Sono i piccoli - grandi miracoli del ... "senza alcol".

Insieme alle famiglie che frequentano i Club, sperimentiamo la gioia dei primi passi di una reale resurrezione, delle piccole scelte quotidiane, delle piccole decisioni, del ricominciare a guardare le persone in faccia, ricominciare a vedere in ciascuno di noi e nelle nostre famiglie un mare di risorse, credere che il cambiamento è possibile e che possiamo crescere insieme.

E tutto questo a dispetto della povertà che ci circonda,

delle innumerevoli conseguenze della guerra, della mancanza dei beni più necessari. Insieme ce la faremo!!! Non abbiamo soluzioni in tasca: siamo in cammino credendo fermamente che in ogni persona, anche la più distrutta dall'alcol, sono nascoste potenzialità immense di ripresa, di rinascita. Crediamo fermamente che finché non abbiamo provato tutto, non possiamo dire che è impossibile. È con questa certezza che ci sentiamo in comunione con tutti i Club sparsi su questa terra e che cercano di sostenere tante persone che non speravano più e si pensavano "finite".

Un grazie particolare al Club di Predazzo animato dal dott. Zorzi e a quello di Parma animato dal Prof. Vescovi.

Stando alla loro scuola ho imparato ad avvicinare ogni persona con affetto e stima, credendo che ognuna porta in sé delle grandi potenzialità.

Grazie alla loro competenza professionale, alle loro intuizioni, al loro amore alla vita, alla tenerezza per i più sofferenti, i più deboli, i più soli, ho imparato a non aver paura dell'alcol, a rendermi disponibile a camminare con chi tribola nelle tristi conseguenze del bere, a infondere speranza, a dare una mano per rialzarsi.

Insieme, Tutaweza! La nostra forza è la nostra Ushindi!

E allora non ci resta altro che Kusonga Mbele!!!

Un caro saluto dalla nostra verdissima collina!

sr. Delia Guadagnini
Missionaria Saveriana
Repubblica Democratica
del Congo



L'ANGOLO DEL BUONUMORE!



Uno uomo dice al figlio:

« Vai dal macellaio e vedi se ha due piedini di maiale ».

Il piccolo torna poco dopo.

« Non ho potuto vedere, papà. Il macellaio porta le scarpe! »



L'infermiera al professore distratto:

« Professore, c'è al telefono una signora che vorrebbe parlare con lei ».

« Va bene, arrivo subito. Le dia una sedia e la faccia accomodare ».

« Partendo da ciò che mi aveva lasciato mio padre, io, con le mie sole forze, sono riuscito a farmi una piccola fortuna. » dice un tale ad un nuovo conoscente.

« E suo padre che cosa le aveva lasciato? ». chiede l'altro

« Una grossa fortuna... » sospira il primo.

Un noto e importante avvocato parla con il suo cliente:

« Non si faccia problemi.

Vedrà che la verità primo o poi verrà a galla. ».

Il cliente riflette per qualche minuto e poi esclama:

« Beh, in quel caso potremo sempre ricorrere in appello! ».



Un signore è in nervosa attesa in sala parto. Arriva un'infermiera che tiene in braccio un bel negretto appena nato.

Lui esulta: « Figlio mio! »

L'infermiera lo guarda piuttosto perplessa:

« Ma... è sicuro che sia il suo? »

« Certo: mia moglie brucia sempre tutto! »

« Allora, Paolo, com'è la vita in quel grattacielo? »

« Non è poi così male. Ma faccio confusione con i piani. Anche stanotte ho dormito con una tizia che non avevo mai visto prima! ».

L'imprenditore edile arriva al cantiere e chiede:

« Ma che cosa è accaduto? »

« Sono crollate le impalcature ». « L'architetto lo sa? »

« Ma certo. C'è sotto anche lui ».





Buona Pasqua!