

# RI-PAR-LARSI

## Dal carcere verso l'inclusione

**Evento con letture di elaborati composti da pazienti della UOC Salute Mentale Penitenziaria e Psichiatria Forense, reclusi presso il polo penitenziario di Rebibbia.**

E' INUTILE CHE VIVI FUORI SE MUORI DENTRO



# IL MARCHIO

È giusto che questo marchio e pregiudizio si tenga a vita?

Non è una giustificazione nei confronti di chi sbaglia, chi uccide, chi ruba o chi spaccia.

Giustamente chi sbaglia paga, ma aver pagato per i propri errori con il carcere significa che appena usciti dal cancello della struttura, l'ex detenuto è marchiato a vita e quindi stigmatizzato quando cerca poi di inserirsi nel mondo del lavoro.

*L'aver fragilità non implica necessariamente essere portati ad aggredire il prossimo.*

## DOMANDE

Sentirsi parte di qualcosa, essere accettati per quello che si è...

Tu ti senti incluso?

Io da una parte **sì**, perché sono un essere umano e faccio parte del popolo italiano, anche se dallo stesso con vari commenti vengo escluso.

Mi sento incluso nell'insieme di persone che più si assomiglia a me, come adesso: un detenuto, italiano, disoccupato.

A questo punto mi chiedo: cosa dovrebbe fare la società per includermi?

Trattarmi con dignità, perché sono prima di tutto un essere umano.

# ALLA FINESTRA... DUE GABBIANI

Rassegnazione dell'indefinito  
Ormai tendente al finire!  
Sono indeciso e resto allibito...  
Una grigia tristezza mi assale!  
Che fare?  
Scrutarli? O assorbirli?  
Per un attimo di ratificanti e  
rari saluti tempestosi  
E un fuggitivo "Buona compà"  
Desisto e istantaneamente  
spinto dalla mia codarda  
impotenza,  
socializzante e comunicativa,  
delineata da un divario di  
culture  
diverse e contrastanti,  
velocemente li rigetto.

Strizzandoli di duro colpo di  
mano,  
così come nello strizzare una  
spugna  
ormai logora e intrisa di  
sangue.  
In quell'attimo l'incallito Caino  
entra in me!  
Sconfitto? Mi giro...  
Guardo la finestra... fuori due  
gabbiani!  
Speranze ultramondane  
disattese!  
Voli annullati sul nascere.  
Forse taluni ancora da  
programmare  
con coraggiosi propositi.  
Oggi c'è un tenue sole,  
lievemente riscalda.  
E domani?  
Aspetto... e nell'attesa il cuor  
mio si logora.  
Ma coraggiosamente... spera!

*Non tutti siamo nati uguali ma non dobbiamo diventare diversi in modo  
superficiale.*

# INCLUSIONE

Più grande è l'inclusione sociale più facile è per una persona avere una posizione sociale, un lavoro, una famiglia, un gruppo di amici... in pratica una vita sana e felice.

Escluso dalla società per la propria colpa.

# IL CASELLARIO

Immaginiamo la società come una sorta di casellario, dove ciascuno trova il suo spazio senza interferire con quello degli altri, ma integrandosi con molti di essi.

*L'essere considerato pericoloso sociale ferisce il mio orgoglio e il mio passato.*

# NOTTE IL SOGNO NELLA NOTTE

Notte, meravigliosa speranza, speranza di non violenza,  
Notte, meraviglioso amore, amore di un cuore uguale.  
Tropo uguale per stare insieme.  
Dormo e non ascolto mia sorella notte, che mi chiede aiuto.

Nella freschezza di una cella dove i sogni vengono amputati  
è la vergogna che domina gli esseri umani  
e lascia gli uomini ad essere calpestati.

Torno in cella...

La mia "libertà vigilata"

e cado in un baratro di doloroso e pauroso  
silenzio.

Una lacrima delle poche che restano da versare,  
scorre lentamente sulle mie rosse guance,  
palpitanti di dura e rossa vergogna,  
ma al contempo cariche di conclamata speranza!

Ripenso alla sentinella,

è là che attende come me,

solo davanti a un sepolcro chiuso... anelante alla risurrezione!

La mia solitudine specchio di tutti i codici a barre

Dietro le sbarre...

## LA METAFORA DELLE DIVERSITÀ

Se portiamo ad esempio un cono gelato,  
può capitare di incontrare due persone a cui piace il gusto cioccolato  
ma soltanto ad una piace il cioccolato fondente.

Questa è una lieve differenza,  
invece possiamo trovare uno a cui piace il cioccolato e ad un altro la fragola,  
questa è una differenza più evidente.

Quindi dovremmo prima focalizzare la differenza che vogliamo far accettare  
e poi pensare a come farla accettare dalla società.

Il mondo odierno ha fatto un notevole passo avanti nell'accettare le diversità  
ma servirebbe ancora più elasticità di pensiero rispetto gli altri  
per ottenere che le diversità non costituiscano un problema reale.

# EMARGINATO

Un giorno credevo che la giustizia fosse equa e garantista,  
evidentemente chi non l'ha subita non l'ha mai vista.

Non sono mai stato un ragazzo come tutti gli altri.

Purtroppo a scuola non ho mai avuto dei voti alti.

Non ho mai avuto tanti amici, ero emarginato  
ammetto di aver commesso un reato.

Mi trovai al processo con accanto un avvocato e pensai:  
non ho avuto quasi mai un compagno di banco.

Speravo che almeno mia madre fosse al mio fianco,  
in realtà era dall'altra parte a testimoniare il falso.

È stato un fiasco quando a 19 anni persi mio padre,  
mi internai in camera come in un lager.

Uscivo solo per la scuola e per qualche corso.

Quando uscivo vedevo gli sguardi delle persone come quelli di un orso,  
se mi difendevo da una zampata prendevo un morso.

Era questa la mia visione da emarginato della società,  
ma il perito mi ha diagnosticato una pericolosità,  
quando da internato gli dissi di aver trovato più umanità.

# IO E DANTE “LA SPERANZA”

“Lasciate ogni speranza oh voi che entrate”

L'ho scritto vicino a una cella...

Perché altrimenti tra la speranza e avere la testa che pensa fuori andremmo tutti ai matti.

Viviamo il terribile inferno del vivere il qui e ora, sempre, e la speranza è troppo prelibata...

Sì, si ha un barlume di speranza ma non sto qui ad aspettarla a braccia conserte.

È una cosa che non posso vendere e non la voglio comprare, così da avere una corazza per l'illusione del fuori.

## CASA

La cella dopo un po' diventa casa, diciamo un monocale, io ormai ho perso il conto di quante volte sono entrata e uscita, ma se già avevi una gabbia fuori dopo un po' a un certo punto ti senti quasi libero.

Se fai un percorso serio il carcere ti fortifica dalle tentazioni e a volte ti senti ascoltato e aiutato, nonostante tu sia un pregiudicato anzi... lo fanno proprio per quello.

Fuori invece non verresti preso in considerazione da nessuno perché sei un pregiudicato.

Non ho più nessuno con me, in un certo modo il carcere mi protegge perché fuori non so che vita avrò e se avrò qualcuno che mi accolga e ascolti.

È la verità nuda e cruda.

Io chi sono? Non ho più un nome.  
Fuori da qui mi chiamano tossica,  
poco di buono, ladra  
e da quando sto qui mi chiamano  
detenuta.

Non ho più un nome.

La mia identità è svanita,  
non sono più figlia,  
non sono più zia,  
sono un numero composto da cifre.

Il mio nome? Non lo conosco più...

Di me resta il vostro pregiudizio che  
crea la persona che per voi dovrei  
essere.

Vivo con altre 100 donne che come  
me non ricordano il loro nome, sanno  
d'essere delle delinquenti, delle  
donne colpevoli, ormai etichettate da  
troppi pregiudizi.

Ed è in quei pochi ricordi del nostro  
vero essere,

in quei momenti di lucidità,  
in quei momenti di confessione tra  
noi,

che dietro l'etichetta della "classica  
detenuta" si scoprono mondi di donne  
fantastiche, mamme amorevoli e vite  
rovinate...

Vi presenterei una per una, ogni  
donna e il loro nome.

Basterebbe comprendere che la  
diagnosi psichiatrica corrisponde  
ad una malattia... come le malattie  
fisiche e come tali vanno curate.  
Oggi posso dire che dall'inizio di un  
difficilissimo lavoro  
terapeutico/riabilitativo, iniziato  
all'interno del carcere, ho iniziato  
ad accogliere e conoscere la mia  
diagnosi e mi sto accettando, a  
piccoli passi migliorando il mio  
essere. Da quando ho raggiunto un  
po' di consapevolezza su ciò che  
affligge la mia mente, quel che  
vorrei è riuscire a svelare a tutti  
come questa malattia corrompe la  
mente, così che possano cogliere il  
dolore associato anche  
dall'esterno.

Ma in molti casi diventa una  
diagnosi che giudica e si etichetta  
come:

Senza cura

Senza speranza

Matto

Incompatibile

Disabilità

Questi sono alcuni aggettivi che il  
mondo fuori utilizza per descrivere  
ciò che è ignoto ma non è lontano  
da tutti.

# LA LANCETTA FERMA

Sono due giorni che non mi cambio, perché mi sento un po' giù con il morale...

Sono entrato in carcere a 18 anni e ora ne ho 29, avevo problemi psichiatrici già al di fuori di questo contesto e la mia precoce detenzione non ha fatto altro che peggiorare la mia salute mentale.

Sono dipendente da psicofarmaci dal 2014, ora siamo nel 2024 e ancora avverto la necessità di assumerne, perché sembra essere uno dei pochi modi per far passare più velocemente la mia giornata qui dentro.

Oggi mi sono svegliato tardi perché ho dormito poco durante la notte. Una notte piena di pensieri vecchi e nuovi in cui tornano sempre le stesse angosce che mi tormentano...

Nonostante tutto però, questo è un periodo in cui sento di stare meglio, anche se mi sto sforzando per far sì che sia così, perché vuoi o non vuoi sia in un contesto come il carcere che a causa della mia condizione di fragilità, il male torna sempre.

È molto difficile vivere qui dentro, soprattutto con i miei problemi.

Spero però un giorno di riuscire a stare davvero bene e che questo sia solo un periodo di passaggio per tutti noi!

*Vorrei che le persone imparassero a vedere cosa si nasconde dietro una persona e non la giudicassero solo da cosa dimostra, nascosta magari da un'aggressività data dal non accettare e conoscere me stessa, la mia vita e la mia detenzione.*

# IL PREGIUDIZIO PUÒ UCCIDERE

Mi trovo in carcere da quasi cinque anni e tra tre mesi e mezzo aspetto il mio fine pena.

Per quando sarò fuori di qui ho in mente tanti progetti che spero si possano realizzare.

Nonostante i possibili pregiudizi cercherò di andare avanti grazie anche al sostegno della mia famiglia, e se dovessi mai incontrare ostacoli, so che mi sosterranno.

Penso che il pregiudizio sia qualcosa in grado di danneggiare, e ciò che potrebbe effettivamente sostenerci è pensare che le strade percorribili per ognuno di noi possano essere tante, ma per fare questo è necessaria molta volontà ed io, fortunatamente, sono riuscito a non farmi buttare giù ma non è stato facile...

Spero che tutto questo non si ripercuota mai su nessuno!

## SPERANZA E LIBERTÀ

Il tempo trascorre lentamente, tutti i giorni sono uguali...

Sono incerto sul mio futuro perché ancora lontano per tutto il tempo che ancora dovrò stare qui dentro.

Immagino, però, che siano tante le persone con una situazione simile alla mia e, proprio per questo, mi sento meno solo a dover affrontare questo tempo infinito e sospeso.

Una piccola parte di me coltiva, però, ancora una speranza di poter impiegare il tempo che verrà, fuori da qui, come non ho avuto modo di fare in tutti questi anni, con la speranza di tornare ad essere parte attiva di una nuova società, che nel frattempo sarà andata avanti con i suoi cambiamenti e che, mi auguro, sia pronta ad accogliere una nuova persona.

È difficile pensarla così, ma perché non dovrebbe esserlo per tutti quelli che, come me, si affacciano alla libertà?

La libertà, una parola che, nonostante tutto, un giorno potrò pronunciare e vivere anche io.

Il mio futuro è ancora possibile!

# PRIMA E DOPO

Penso alla mia situazione psicofisica che ultimamente è molto precaria...

Mi sento giù di morale, chiuso in me stesso, privo di forze fisiche per riuscire a svolgere qualsiasi cosa che, invece, prima riuscivo a fare.

Ho deciso di intraprendere questo percorso di cura in carcere perché avverto la necessità di farmi aiutare e sento che qui dentro sia l'unica strada percorribile, perché in alcuni momenti percepisco la precarietà della mia condizione psichica.

In questo momento particolare della vita è difficile gestire il mio stato emotivo e questo mi spaventa, perché da solo so di non esserne in grado, però ho la consapevolezza di volercela mettere tutta per migliorare il mio stato psicofisico.

Il mio disagio è soprattutto mentale e il carcere non aiuta, purtroppo è così, è complicato, ma per fortuna ho un'equipe medica che a me fa veramente bene e dopo un colloquio o un gruppo mi sento più libero dai pensieri.

Questo malessere mi ha portato a richiedere un ricovero in ospedale, durante il quale ho avuto modo di incontrare pazienti che erano a conoscenza della mia condizione di "paziente detenuto" e tutti insieme sono stati in grado di farmi sentire a mio agio, perché non giudicato e soprattutto facilmente integrato.

Mi sento in parte di ringraziare me stesso per essere riuscito a trasmettere agli altri pazienti ciò che sono e che posso essere e per aver ricevuto da parte loro una visione positiva.

Posso concludere dicendo che questa barriera, che si è soliti immaginare fuori da qui, è ancora possibile non incontrarla!



Per non parlare poi dei casi di suicidi e di autolesionismo, che ormai riguardano tutta la popolazione detenuta e sono arrivati a toccare cifre inquietanti. Dietro le sbarre c'è sempre più sofferenza, disagio e abbandono, e questo, nei pazienti psichiatrici, è ancora più evidente, data la fragilità della nostra condizione.

Spero che questo problema venga trattato con serietà e competenza dal governo e dalle autorità preposte a questo, e che vi sia un vero cambio di rotta e una visione più ampia nel trattare questo delicatissimo problema che riguarda una buona parte della popolazione detenuta.

Per quanto riguarda l'immagine che si ha all'esterno di noi "detenuti psichiatrici", è quella del pazzo criminale capace di commettere chissà quale genere di crimine efferato... Ma le cose non stanno così, la maggior parte di noi sono persone con un vissuto drammatico e con una grande sofferenza interiore.

Sensibilizzare la gente comune e l'opinione pubblica servirebbe a far comprendere quale sia la nostra reale condizione, se è vero che la civiltà di una nazione si misura dalle condizioni in cui versano le proprie prigioni.

# RITORNO AL FUTURO

Ci sarà una volta una società dove Alessio potrà essere ciò che vorrà!

Alessio vivrà in una piccola casa dove avrà tutto quello che gli servirà, tornerà a casa solo per dormire e il resto del giorno sarà in giro per la città con i suoi amici. Solo così si sentirà libero, quando sarà in compagnia.

A casa da solo penserà e rifletterà. I suoi pensieri avranno un senso solo quando li condividerà con gli altri. La sera a casa, Alessio si guarderà allo specchio e vedrà un uomo con cui parlerà e farà discorsi lunghi e articolati. Ripercorrerà le immagini di ieri, quando era un ragazzo, e ricorderà il presente di oggi, quando è chiuso in un istituto di pena in una cella del reparto "Minorati Psicici".

Tutto sarà profondamente diverso, lui sarà diverso, la società dove tornerà a vivere sarà diversa.

Alessio sentirà scendere la tristezza sul collo e la rabbia salire nel petto. Intanto allo specchio vedrà cambiare le espressioni di quell'uomo...

Quando la luce del sole sbiadirà, Alessio si sdraierà a letto e sentirà scendere sul volto gocce di sudore e lacrime. Così si addormenterà e non appena la mattina aprirà gli occhi, si guarderà allo specchio e gli sembrerà di vedere un uomo diverso da quello con cui aveva parlato la sera prima.

Alessio uscirà di casa, i vicini lo saluteranno sinceramente, ricambiando un sorriso, e non dovrà pensare al bisbiglio dietro le spalle. Loro non parleranno di quello che Alessio era ma rideranno ascoltando i suoi racconti fantasiosi e alternativi.

All'interno delle carceri tutto ciò non solo è impossibile, ma la stessa detenzione è causa di aggravamento delle condizioni di salute mentale, oltre ad essere causa scatenante di disturbi in soggetti che fino ad allora non avevano dato segni di soffrire di alcuna patologia psichiatrica.

Alessio incontrerà i suoi amici al bar, dove non si parlerà dei casini del passato, ma di sport, di cinema, di musica, di figli, delle mogli e della vacanza estiva che progetteranno. Sui volti degli amici di Alessio non ci sarà alcuna smorfia di disprezzo o di falsità. Non gli ricorderanno gli errori commessi, ma saranno contenti di vedere i suoi cambiamenti. Non saranno sorpresi nel vedere che Alessio prova le loro stesse emozioni.

Nella società di Alessio il carcere esisterà ancora, ma sarà molto diverso: i suoi amici potranno andare a visitarlo, potrà uscire la mattina, andare a lavorare, incontrare gli amici al bar e parlare con loro. Magari Alessio sbaglierà ma lo aiuteranno a capire...

Ci sarà una società dove Alessio potrà essere ciò che vorrà. Alessio vivrà in una piccola cella dove avrà tutto ciò che gli servirà, tornerà in carcere solo per dormire, il resto del giorno sarà in giro per la città con i suoi amici. Solo così potrà essere un uomo diverso, quando sarà in compagnia, mentre quando sarà da solo penserà e rifletterà. Ma i suoi pensieri troveranno un ordine e un senso solo quando il giorno dopo li condividerà con gli altri.

La notte Alessio non avrà bisogno di sognare una società dove anche lui è normale.



**Gli elaborati sono stati prodotti dai pazienti della Casa di Reclusione, Casa Circondariale Femminile e la casa Circondariale di Rebibbia.**

**Il lavoro è il frutto di un'attività terapeutica-riabilitativa svolta dagli operatori della UOC SMPPF ed in particolare dalle dott.ssa Annunziata Roncone, Guendalina Rossi e Giorgia Botton.**

**Si ringrazia inoltre tutto il resto dell'equipe per il supporto alla realizzazione del progetto e il dott. Alberto Sbardella, Direttore della UOC SMPPF.**



**Realizzazione grafica a cura del Centro Studi e Documentazione Luigi Attenasio Vieri Marzi – Direzione DSM, sito in Via Monza 2, Roma.**