

FuoridiMilano

IL
MAGAZINE
DELL'
IMPAZIENZA

NUMERO 01 MARZO 2018



Rompriamo gli schemi

- PIERFRANCESCO MAJORINO CI RACCONTA "FUORI DI MILANO"
- PAROLE A SPASSO CON ALESSANDRO BERGONZONI
- M@TTI2.0: STORIE, IMMAGINI E RACCONTI DI UNA REDAZIONE SPECIALE
- IL RE(FUSO), LA RUBRICA IN SATIRA DI MASSIMO CIRRI

RESPIRARÉ DIFFERENZE



DI PIERFRANCESCO MAJORINO
ASSESSORE POLITICHE SOCIALI, SALUTE E DIRITTI
DEL COMUNE DI MILANO

Per me è davvero emozionante poter partecipare, con queste poche parole, alla scommessa, in cui credo tantissimo, di "FuoriDiMilano".

Perché "FuoriDiMilano" è una scommessa che parte da una considerazione semplice: non c'è alcuna fragilità da ghettonizzare e nessuna forma di disagio da nascondere come fosse polvere da mettere sotto al tappeto.

Al contrario. Ci sono belle storie da liberare. Legami tra donne e uomini su cui insistere.

Persone da rimettere al centro degli interessi di una comunità.

Loro, quelli che questo giornale in gran parte lo fanno e lo scrivono, si definiscono "m@tti 2.0".

E per me sono interlocutori naturali nel momento in cui voglio arricchire l'offerta di politiche sociali, anzi, riscriverle scommettendo sul valore della "cittadinanza attiva".

Sul valore di protagonisti della città che non possono essere concepiti come utenti "passivi" di un servizio.

E di salute mentale, perché è di questo di cui stiamo parlando, ce n'è

**«UN GIORNALE
FRAGILMENTE
FORTE DI CUI
SENTIVAMO
IL BISOGNO»**

davvero bisogno.

C'è bisogno cioè di città che respirino l'aria della curiosità verso l'altro da sé e verso le differenze.

Che non si facciano incantare dalle sirene della paura e del rancore, tanto attive in questa fase storica nei confronti della presunta "normalità".

Che non concepiscano il proprio sviluppo prescindendo dalla sua qualità.

E questo vale anche a Milano e per Milano.

Che non può essere un "modello" per sé e per il Paese se la si guarda solo prendendo in considerazione gli indicatori della crescita o le cronache del successo di alcuni grandi eventi (di cui ovviamente c'è sempre bisogno).

Non mi piace Milano come salotto. Anzi. Mi piace la città dei "m@tti 2.0" e di ogni fragilità e biografia della diversità.

Perché se è vero, come è vero, che uno dei grandi problemi del nostro tempo è quello di costruire nuova "coesione" tra le persone evitando che le periferie si facciano sempre più tali e che crescano le distanze nel vuoto delle risposte efficaci delle istituzioni, ecco se è vero tutto questo, è anche vero che ciò implica una bella trasformazione dello "sguardo".

Le vite periferiche vanno poste al centro. E ciò vuol dire scommettere, sempre, su di loro. Anzi, con loro che poi vuol dire con ciascuno (e ciascuna) di noi.

CHI SIAMO

FuoriDiMilano è un magazine gratuito. Lo troverete in tutti gli uffici comunali e nelle librerie Feltrinelli. Viene pensato, creato e scritto interamente da utenti dei servizi di salute mentale del Comune di Milano e si avvale della collaborazione di professionisti, artisti, scrittori e giornalisti.

FuoriDiMilano è un giornale da matti, perché ha il coraggio di raccontare il mondo (meglio, di provarci...) con uno sguardo diverso. Il nostro. Non ci vergogniamo della nostra condizione, della nostra storia, semmai siamo un poco preoccupati per la vostra... Di voi, lettori "normali".

Ma, come detto, FuoriDiMilano non esisterebbe senza l'aiuto economico dell'assessorato al welfare e servizi sociali (qui a sinistra il benvenuto di Pierfrancesco Majorino) e il prezioso contributo di numerose associazioni che si occupano di salute mentale.

Se volete entrare in contatto con noi scrivete a:
fuoridimilano@gmail.com



DA GRANDE VORREI FARE
IL FLAUTISTA DI TRAM

A CURA DELLA
REDAZIONE

Pensi a qualcosa quando ti guardi allo specchio alla mattina appena sveglio (se hai uno specchio)?

«Penso di non essere solo quello che si vede (allo specchio) e che si vede all'esterno. L'«e-sterno» è una parte della mia cassa toracica che manda suoni onde frequenza che lo specchio non può far vedere, al massimo può essere infranto dai suoi acuti. Pura emanità, ognuno suona ed è suonato...».

Sei un visionario della parola e del linguaggio, se non ci fossero le parole come comunicheresti?

«Più che parola e linguaggio (che sono solo i mattoni della casa) mi interessa la calce che le unisce, il pensiero-carne, quella massa ap-

parentemente informe che unisce, plasma (sangue) e collega noi all'universo. Se non ci fossero le parole mattone userei, e già cerco di farlo, il suono, l'urlo, il gesto inconsulto e primitivo, segreto, secreto e misterioso che definirei l'impensabile».

“Da vicino nessuno è normale”: definisci il tuo concetto di normalità

«Che parola triste e Lisa (che saluto comunque)... Normalità è una malattia degenerativa che non permette a quella generativa di fare il salto in altro, che non permette l'inaudito, che non lascia crescere a dismisura l'inventare, lo scoprire e scoprirsi, l'entrar nel sacro-santo espandere, che è per me soffio vitale, bolla papale, disegno di legge da scarabocchiare e ricolorare, in con-

tinuazione fino al limite ignoto, ma senza perire né farsi monument».

Quest'anno (2018) compirai sessantanni. Cosa vuoi fare da grande?

«60 non è la mia età ma l'età del numero! È da quando sono nato, se mai son nato, che cerco di ingrandirmi, e non per manie di grandezza ma perché la grandezza chiede di esser letta, scritta, abitata. Da grande vorrei fare il flautista di autobus».

Cosa ti è successo da piccolo per essere così?

«Appunto sono stato colpito da una malattia autoimmane, generativa, che non mi permettere di smettere di salire, scavando, cercare accumulando; la mia biografia conta poco: fui colpito con una mannaia da un



Il mago delle parole

Una laurea in giurisprudenza. Attore comico affermato di una comicità unica nel suo genere, per lo meno in Italia, scrittore con all'attivo una quindicina di libri (dal primo, *Le balene retino sedute*, 1989, sino al suo ultimo lavoro, *L'amorte*, del 2013), autore e conduttore radiofonico e televisivo, punto di riferimento degli Stadio (band musicale tra le preferite di Lucio Dalla), storico testimone de *La Casa dei Risvegli*, (centro bolognese di eccellenza per le cerebrolesioni acquisite), docente in varie facoltà italiane, collaboratore, nel corso degli anni di innumerevoli quotidiani e periodici, pluripremiato come umorista (Saint Vincent, Gradara Ludens) e come attore (premio UBU per la migliore interpretazione maschile), prestigioso esportatore di "italianità" all'estero, Alessandro Bergonzoni, nei suoi 35 anni e oltre di carriera, ha intrapreso un vero e proprio cammino di "esplorazione linguistica". Tra i suoi lavori vale la pena citare "Madornale 33" (in assoluto il suo spettacolo più replicato), "Opplero - Storia di un salto" e la partecipazione come attore al "Pinocchio" di Roberto Benigni.

Antonio Di Fazio

uomo che seguivamo come gruppo di sostegno per persone border line, ex carcerati, ex manicomiali, che fin dall'adolescenza frequentavo, per capire da vicino letti di contenzione, coercizioni varie, abbandono e povertà. Ma a parte i fatti, mi ha cambiato la sostanza delle vite degli altri, la mia e la loro sesta essenza, il grande coacervo (che è l'animale domestico che prediligo), la possibilità dell'assoluto in noi non la teoria della relatività, caro Einstein».

Alessandro, cosa è la Grande Antenna? Cosa è il tuo voto di vastità?

«La grande antenna siamo noi che "alzandoci" appunto captiamo riceviamo accettiamo accogliamo le frequenze, l'onda, le vibrazioni e possiamo trasmetterla poi attraverso quello che sappiamo-dobbiamo fare, emanando tutto quello che è nell'aria, cioè arte scrittura segno suono gesto azione flusso; il voto di vastità è questo: la linea di "non-fine" che non divide niente, che non separa, che non scinde, perché noi dobbiamo diventare, siamo avvenenti perché dobbiamo avvenire, ecco la bellezza, non abbiamo successo ma dobbiamo far succedere. Io non sono autore ma autorizzato, non sono scrittore ma scritturato, dalle forze e dalla luce che le antenne mi fanno ricevere. Ci vuole grazia (che saluto riconoscente)».

Cosa ne pensi della meditazione? La pratici?

«Da circa tre anni pratico la meditazione trascendentale e credo mi sta facendo scavare e sprofondare in alto appunto, sciogliendo la mera realtà in qualcosa di amniotico prenatale e atavico che a dispetto di certe scienze, non nega o aborrisce l'energia dell'anima mia e del mondo, ma senza dover spiegarla e dimostrarla la lascia fluire e scorrere, per meraviglia e incanto, tra le risa di bocche slabbrate e cuori monchi

zeppi di paura davanti a ciò che non si vede e non si può dimostrare (patologia del secolo)».

Cosa ti fa incazzare di più?

«La piccolezza, la certezza, i cuochi, la vendetta, il monoteismo esistenziale, il biografismo, la commedia all'italiana, il corporativismo, l'alluce valgo, l'ironia, Facebook, il calcio e Marilyn Monroe».

Il dolore è di tutti. Il tuo più grande? L'ultima volta che

«60 NON È LA MIA ETÀ MA L'ETÀ DEL NUMERO! È DA QUANDO SONO NATO, SE MAI SONO NATO, CHE CERCO DI INGRANDIRMI, E NON PER MANIE DI GRANDEZZA MA PERCHÉ LA GRANDEZZA CHIEDE DI ESSER LETTA, SCRITTA, ABITATA. DA GRANDE VORREI FARE IL FLAUTISTA DI AUTOBUS».

hai pianto? Puoi ridefinire, a modo tuo, queste parole: sceglie alcune tra disabilità, malattia, follia, dolore, depressione, paura, realtà, assurdo, stigma.

Il dolore non si supera: lo si raggiunge, lo si affianca, si scende da noi stessi e si sale in macchina con lui per vedere dove va e poi correre i rischi con lui. Quindi il mio più grande dolore è quello di poter avere solo una vaga idea di quello di tutti. È quello di aver perso un figlio che era anche mio, di aver avuto abbastanza vicino una persona torturata ma non averla ancora conosciuta, di essere stato ucciso in un campo di concentramento, ma non ancora io. Sto cercando di ovviare con l'arte, l'immedesimazione, il volo (la meditazione stessa) e con il pianto appunto; vado a scuola di lacrime da dieci giorni: diamo loro un nome, le raccogliamo, le travasiamo le beviamo e poi le ripiangiamo. Questo è il mio unico ri(m)pianto. Sembra una follia ma è l'unica, quella impossibile, quindi vera e preesistente: la paura passa, a salutarti, sicura, e anche la depressione si cura, sembra assurdo ma lo è, e finalmente si diventa meno superbi, e non ci si sti(g)ma più troppo.

Alessandro ma nella vita di tutti i giorni ci sei o ci fai?

«Ci sei: colpito affondato!».

DI GIULIA PETTINELLA

TRUMP È PAZZO?

Trump è un pazzo o c'è un pazzo che va in giro fingendo di essere Trump? Battute a parte, the Donald è un folle solo perché è un uomo pericoloso, della Pazzia ha solo l'accezione più negativa, non è un visionario (che sarebbe il lato bello della follia). Ha un sguardo torvo, chiuso, che costruisce muri e non ponti. Battendosi per mantenere i privilegi di un'élite di industriali in un Paese che è stato fondato sull'immigrazione dei popoli. Parla di extracomunitari benvenuti (i norvegesi) contro tutta l'Africa e altre minoranze del centro America non ben accette.

Dei folli ha un altro lato negativo: apre bocca e dice ciò che pensa al di là di qualsiasi contesto, in questo senso mi ricorda Berlusconi. Non è ipocrita come Hillary Clinton, non è politicamente diplomatico, è ondivago, ogni giorno una sorpresa, dipende evidentemente da come si sveglia al mattino. Se fosse un guidatore di autobus penserei a un ubriaco, non in grado di prendere una direzione chiara... e scenderei allarmata.



DISCORDIA

Io in quanto straniera ed extracomunitaria non ho diritto di voto e dunque non posso partecipare al processo democratico. Mi viene negato questo diritto fondamentale. Voglio quindi cogliere l'occasione per riflettere e condividere sulla situazione degli immigrati e l'ordinamento giuridico in merito. Non può esserci reale integrazione se agli stranieri di "lungo corso" che risiedono e lavorano qui da molti anni, non verrà concesso il diritto di decidere attraverso le urne i propri governanti. Questo limita e respinge una fascia significativa della popolazione, che così diventano a tutti gli effetti, cittadini di seconda categoria, figli di un dio minore. Cittadini che pagano le tasse e contribuiscono con la loro produttività alla ricchezza e al progresso del Paese. Questo li emargina e frustra le loro aspirazioni di essere cittadini attivi e partecipi nella società.

A questo punto richiamo l'attenzione per il fallimento di una legge doverosa non approvata, *lo ius soli*, che nega ai figli di stranieri nati cresciuti e vissuti in questo Paese la più giusta ed equa possibilità di essere riconosciuti e legittimati in quanto cittadini italiani. E che rimangono sempre figli di un dio minore.

Cybele Chiodi



A CURA DI FRANCESCA PIVATO

TEMPESTA ELETTRO MAGNETICA

La scrittura è ciò che ha permesso a Janet Frame (1924-2004) di stare aggrappata al bordo per comporre parole che ci parlano. La scrittrice neozelandese, candidata due volte al premio Nobel, guarda alla natura e alle cose come a un mondo umanizzato che comunica e dice: "la luce dà consigli,[...], le tempeste parleranno". La sua poetica lascia un posto ampio ai cari oggetti, compagni di una vita, che affollano i suoi ricordi.

Nata in una famiglia indigente, riesce a diplomarsi come insegnante ma è successivamente bollata come non idonea all'insegnamento: diagnosticata schizofrenica, viene internata per otto anni in manicomio dove è sottoposta a 200 elettrochoc. Scappa alla lobotomia grazie a un medico intelligente e a un successo letterario. Il desiderio di scrivere fu la sua salvezza. Sorprendentemente leggibile, una, dieci, cento volte: sarà sempre una lettura fresca, come i suoi "ghiaccioli".

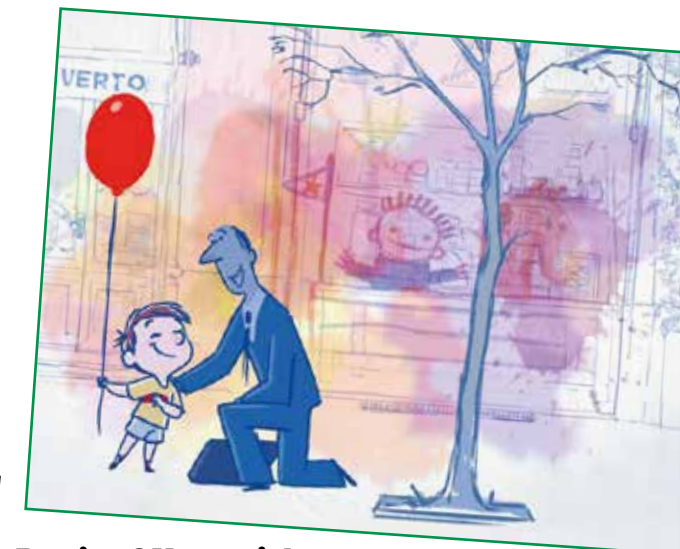
Janet Frame
Parleranno le tempeste.
Poesie scelte



UNA DISCESA AGLI INFERI

Libro cardine della poetica di Alfonso Guida si legge quasi come un romanzo, eppure è un compendio di poesia altissima. La sua poesia, sconsiderata, eretica e interminabile, è un fluire leggero e soffocante allo stesso tempo, che ruota in un gorgo senza fine né inizio. Lui è lì, dentro una marea personale che non rinuncia a esprimersi in tutta la sua perturbata intensità, rannicchiato in un angolino per scrivere, per non dover contemplare la notte. E quante volte anche noi davvero siamo stati costretti a attraversare una notte lunghissima, incomprensibile, scura, impietosa, prima di scorgere i salvifici raggi del giorno?

Alfonso Guida
Luogo del sigillo



Barriere? No grazie!

È nata la Fondazione Empatia Milano (FEM), la prima fondazione "empatica" d'Italia. In una società in cui la diversità è vissuta come barriera, FEM promuove l'empatia attraverso attività culturali innovative che incoraggiano l'incontro, l'ascolto, il dialogo. Immedesimarsi, comprendere i sentimenti e i vissuti altrui, mettersi nei panni degli altri: l'empatia è una dote umana che richiede una costante sollecitazione, e che se adeguatamente esercitata, garantisce un superamento dei conflitti e un arricchimento culturale e relazionale. Per questo FEM favorisce processi partecipativi, capaci di creare un circolo virtuoso di conoscenza e inclusione. FEM lavora per raccontare e condividere le storie di ognuno di noi. FEM aiuta anche questo giornale ed è tra i primissimi promotori del progetto. Cosa fanno? Progetto di formazioni di persone con disagio mentale presso i Musei civici Museo del Novecento e Galleria d'arte moderna, e Gallerie d'Italia-Banca Intesa di Milano. E poi "libri umani": venti persone "umane" che si raccontano per infrangere pregiudizi e creare empatia tra individui con storie e vissuti diversi.

In alto un disegno di Bruno Bozzetto per FEM.

L'OSPEDALE CHE SUSSURRA ALLA DEPRESSIONE

In Norvegia, più precisamente nella cittadina di Asgard, 215 miglia a nord del circolo polare artico, una struttura prima chiusa e successivamente riqualificata, diventerà il primo ospedale al mondo dove per scelta del ministero della Sanità non si useranno farmaci.

Questo ospedale sarà dedicato alla cura della depressione, il cosiddetto male oscuro. Le "medicine" utilizzate saranno quelle del dialogo, del confronto, dell'attività fisica e dei colori. Le persone verranno accolte in camere da non più di 6 posti letto.

Sicuramente questa non è e non deve essere una battaglia contro i farmaci. È un segnale invece che si comincia a credere finalmente che il rapporto di relazione, soprattutto per alcune patologie, è determinante.

Il progetto è sperimentale e in qualche modo prende spunto dall'esperienza trentina di "Parole Ritrovate", ma il ministero norvegese ha intenzione di farlo diventare protocollo terapeutico: tanto che ha già deciso di estenderlo a quattro altre strutture nei prossimi mesi.

p. mac.



STRUGGIMENTO DI VIVERE

DI CYBELE CHIODI

Non siamo forse tutti bisognosi d'affetto, di vicinanza e intimità?

Io sono di carattere molto estroverso e affettuoso e per me la vicinanza emotiva e la solidarietà umana sono un fatto intrinseco alla vita stessa. Non potrei concepire l'esistenza senza questa intimità e confidenza tra gli esseri viventi.

Io dalla vita ho potuto solo imparare che siamo tutti casse di risonanza del dolore altrui perché siamo interconnessi.

Perciò ho tanta voglia di amare, per mitigare il dolore, mio e degli altri.

A volte ci assale una struggente consapevolezza di vivere che illumina di una luce cruda la solitudine in cui siamo tutti confinati.

Un'angustia esistenziale che ci fa provare un senso acuto di impossibilità e lucida disperazione.

E la certezza che in fondo nessuno può ascoltare il nostro cuore.

Credevo che qualcuno potessi tradurre il linguaggio della mia anima ma siamo rinchiusi dentro noi

stessi e non c'è linguaggio che possa esprimere l'amore, lo struggimento, la solitudine.

Non c'è redenzione possibile per il dolore della lontananza, della separazione tra di noi e mi chiedo spesso se "ci sia ancora un mondo là fuori", una vita da vivere senza amore.

Ci sono persone nate per amare la vita all'estremo, che vivono per amare e amano per vivere.

Di conseguenza ci consumiamo in fretta per la troppa passione di una vita vissuta impetuosamente, gioiosamente consapevoli.

Più incontro le persone e cerco di stabilire rapporti più profondi

« NESSUN UOMO È UN'ISOLA, COMPLETO IN SÈ;
OGNI UOMO È UN PEZZO DEL CONTINENTE, UNA PARTE
DI ESSO; LA MORTE DI QUALSIASI UOMO MI DIMINUISCE
PERCHÈ FACCIAMO PARTE DELL'UMANITÀ;
QUINDI NON CHIEDERE PER CHI SUONA LA CAMPANA:
SUONA PER TE. »

JOHN DONNE, MEDITATION

più mi rendo conto che siamo tutti innamorati soltanto di ombre,

i riflessi del nostro stesso, sconfinato desiderio di amare ed essere amati.

Mi sento spesso sola e affranta.

Mi sento straniera dovunque, e dentro di me.

Sono stanca, stanca della miseria della mia condizione umana.

E della mia condizione "disumana" di essere straniera.

Siamo tutti così stanchi, così provati, così miserabili.

Mi dispiace per te, per me stessa, per la condizione umana, per gli altri come me, in esilio, gli extracomunitari, figli di un Dio Minore solo perché nati al Sud del mondo. Nati

nel lato "sbagliato" dell'America.

Sono stanca di ingiustizia. Sono stanca di combattere i mulini a vento.

Non c'è sonno che ci permetta di riposare abbastanza a lungo.

Quante guerre uno devi combattere per un pò di pace?

Io non mi merito nulla di speciale, nè ti voglio far sentire in colpa amico mio, per niente o perché sei nato al nord del mondo, non fraintendermi:

non ho pretese che l'amicizia (una vera magari) e non

ci sono aspettative ma solamente l'umano bisogno, di umano affetto, umana vicinanza come ce l'hai

tu, come ce l'abbiamo tutti.

La felicità è una chimera amico mio, abbiamo soltanto brevi, sfuggenti istanti di luce e poi ripiombiamo nel buio.

In quelli brevi istanti il volto di un amico, di un amante ci aiuta a essere meno spaventati per quando l'oscurità ci avvolgerà ancora una volta.

Perciò l'intimità emotiva con l'altro è un momento luminoso per me.

Mi riscalda il sangue e mi rendi così viva. Viva a scapito di tutto e tutti.

Tutte le ingiustizie e i farabutti di questo mondo.

Ma la solitudine ci accompagna anche quando siamo innamorati di questa vita assurda o proprio per questo.

È un amore che si trasforma in rabbia, in rabbia di vivere di fronte all'impossibilità dell'amore stesso. E della libertà. Libertà di essere. E di vivere con dignità.

Sono stanca anch'io di rapporti

Polveri d'autore

Le Opere con cui abbiamo illustrato questo articolo sono di Giulia Pettinella

superficiali, di frivolezza, del mio stesso bisogno di amore e intimità, di conoscere tutti e non conoscere nessuno, di mani che si sfiorano senza mai afferrarsi, di cuori che s'affacciano senza mai vedersi, di bocca affamate mai sazie, di verità mai rivelate, di significati che non si comprendono, di fare all'amore senza amare.

Di morire per essere condannata a rinascere.

Non posso che sopportare il dolore di essere, non posso che arrendermi perché è inutile fuggire. Non ci resta che coricarsi con la morte.

È lei l'unica compagna che non ci abbandonerà mai e mai ci rifiuterà.

La nascita non è che preambolo di morire; incontrarsi non è che il presupposto di un addio, arrivare in un luogo rievoca sempre la partenza, partire ancora l'impossibilità di un ritorno, unirsi è la premessa di una separazione, siamo solo naufraghi senza nessun approdo, non ci resta che galleggiare in questa vita-oceano.

Ma un uomo non è un'isola, lo diceva il poeta John Donne magari piuttosto come una goccia d'olio in questo mare: non può fondersi ma non può staccarsene.

Il dilemma esistenziale di Amleto che si ripropone sempre - essere o non essere.

Semplicemente si attraversa insieme un angolo di questa lunga strada da percorrere, nient'altro amico mio.

E in quel momento che si ripete eppure rimani unico, distinto e colmo di rinnovata meraviglia, c'è un barlume di felicità, una luce, un calore che riscalda l'anima avvolta nella morsa di ghiaccio della paura

e del dolore.

Perciò io canto mentre ho ancora voce; la voce del mio dolore.

Il mio cuore non sa tacere proprio quando l'anima si contorce.

Non possiamo arginare il cuore. Il mio dilaga come un fiume in piena.

E il mio cuore batte in unisono il canto della vita.

Eros e Thanatos, più io soffro e più l'istinto di vita si manifesta contro la morte. Più ho voglia di amare.

Niente di romantico, niente di trascendentale.

La semplice, ordinaria mistica della vita e degli umani affetti.

COLOPHON

Periodico di informazione a cura delle associazioni e dei gruppi di utenti della salute mentale di Milano

Direttore
Daniele De Luca
 Vicedirettore
Maurizio Pluda
 Art director
Daniello Bellavia
 copertina
Pierluigi Longo
 Coordinatore
Davide Motto
 Editore:
La Salute in Testa
 Redazione
Cybele Chiodi • Antonio Di Fazio • Paolino Macchia • Francesca Pivato • Danila Pozzoni • Cesare Snelli • Giulia Pettinella
 Hanno collaborato:
Associazione la Salute in Testa • Associazione Art Up • Rari&20 • Fondazione Empatia Milano • Radio Menta • I sogni di Cristallo • Gruppo Forum degli Utenti della Salute Mentale • Associazione Fare Assieme

Stampa:
Nastro & Nastro Srl
 via Stehli, 15
 21010 Germignaga (Va)

Testata registrata presso il Tribunale di Milano in data 17/01/2018 con il numero 20

SUPERHELPMAN



EPISODIO 1 - IN CITTÀ
 DI ANDREA "FONTY" FONTANA



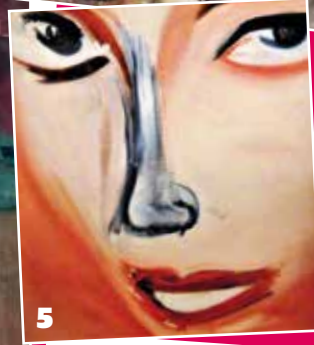
Le storie che leggete, ispirate alla vita degli autori, sono prodotte nel laboratorio che il fumettista Rouge tiene presso il CAD di Fraternità & Amicizia; parlano di SuperHelpMan, che ha il superpotere di accendere le idee. La Cooperativa si prende cura di persone con disabilità, per approfondire i loro legami con l'ambiente, sviluppare le relazioni sociali, valorizzare le abilità, procurare benessere. Sono caratteri che la contraddistinguono e che vorremmo comunicare anche con questo lavoro».



A piede libero di Cesare Snelli

Passando per via Ippocrate vedo questa scritta (1). È una frase di Franco Basaglia. Entro nell'ex ospedale psichiatrico Paolo Pini. La bellezza del parco colpisce. Come doveva essere diverso tanti anni fa. Anzi, era proprio molto diverso. Me lo ricordo bene. Lasciamo perdere. Vedo un murale (2) dedicato alla resistenza, firmato Associazione Olinda. Gestiscono un ottimo bar ristorante a prezzi modici. Prendo un caffè, c'è il mio collega Lino e ci salutiamo (3). Seguo il viale (4). Tranquillità. Silenzio. Pace. Questo posto può dare ancora molto. Arrivo al giardino degli aromi (5) dove hanno creato degli orti urbani aperti a tutti. Poi, mi avvicino al Museo Arte Paolo Pini (6) e noto un sarcofago, è un'opera di non so chi, ma mi piace. Poco lontano mi imbatto anche (7) nell'immagine di un monaco a testa in giù. Si vede che il mondo va proprio visto al contrario... fateci un giro, perché da vicino nessuno è normale.

DI **FRANCESCA PIVATO**



L'arte di essere Francesca
 Patire rabbia inespressa e potersi rivedere da fuori: il gesto pittorico è un gran liberare pesi urlanti. Libertà di lasciar andare (1-2). Siamo aperti, ma non per tutti (3). E ritrovi la serenità facendoti vaso di fiori (4) perché non sei diverso, sei unico (5). Il tempo degli altri può essere nemico: meglio fare le valigie (6). La condivisione è la migliore medicina, la trovi pure con le donne chiuse a San Vittore a cui regali un momento di te (7).

CRAZY RADIO

DI **PAOLINO MACCHIA**

È nata nell'aprile 2014. È nata grazie al contributo del Comune di Milano, coop. Lotta contro l'emarginazione e Shareradio. Si può ascoltare con una semplice connessione a internet. Si chiama RadioMenta.

Una web-radio milanese composta da m@tti 2.0.

Un gruppo di persone capace di realizzare in piena autonomia trasmissioni radiofoniche di qualità. E in quest'ottica chi ha maggiori competenze informatiche, oratorie, lessicali, culturali o altro si spende lì dove si trova maggiormente a suo agio.

Un gruppo eterogeneo e consolidato di una dozzina fra uomini e donne, aperto a chiunque abbia voglia di sperimentarsi nel fare radio, in uno spirito di gruppo. Non ci sono infatti ruoli dominanti o leader, ma persone che lavorano insieme nel pieno rispetto dell'altro e che pur arrivando da contesti differenti hanno fatto delle differenze una risorsa. Motivazione importante è quella del

INFORMAZIONE SU SALUTE MENTALE E DINTORNI. E UN FILO ROSSO: IL CONTRASTO DI OGNI FORMA DI STIGMA O PREGIUDIZIO VERSO LA DIVERSITÀ

contrasto di ogni forma di stigma o pregiudizio, che ancora oggi purtroppo vedono la persona "fragile" come figura pericolosa, da tenere lontano, da nascondere. Da evitare.

Troppo poco si parla di "percorsi di guarigione", ovvero di Recovery. Quasi mai si racconta di tutte quelle persone che hanno imparato a convivere con le loro fragilità o addirittura a superarle, queste ci sono e sono tante, vanno riconosciute e prese come esempio per chi ancora soffre e per tutti quelli che credono, sbagliando, che dal disagio psichico non si esce.



RadioMenta fa parte di quel movimento che considera chi vive un momento di fragilità non "diverso" da chi gli sta accanto. Parlare al microfono, all'inizio per molti di noi è stata una difficoltà, ma presto diventata una "palestra": si impara a comunicare il proprio pensiero, il proprio stato d'animo parlando agli altri senza dover necessariamente guardarli. E questo poi finisce per renderci più determinati & consapevoli nella relazione con l'altro.

Musica che salta

Il format che abbiamo scelto è quello della trasmissione "Canguro". Perché come un canguro, manda in onda musica saltando tra sonorità, generi e tempo, senza remore. Ognuno propone la sua musica in un unico calderone. E così ci si trova a "saltare" da J.Ax a Bob Dylan, dalla musica soul a quella leggera italiana. Le

puntate "crescono", non in musica (perché ogni dj mette due pezzi sul piatto), ma perché sono aumentate le parole, i dialoghi tra una canzone e l'altra. L'improvvisazione, i commenti goliardici di chi non ama le sonorità altrui allungano la durata della puntata. Quello che non è mai cambiato è il comune denominatore: divertirsi insieme.

RadioMenta è però anche informazione su salute mentale e dintorni: diamo spazio a eventi, giornate, spettacoli che si occupano di questo tema. Nel nostro piccolo, cerchiamo di farle conoscere a un pubblico più vasto possibile. Della serie: più siamo, meglio stiamo.

La nostra radio è un'idea con grossi margini di crescita. Nuovi format sono possibili e in cantiere: trasmissioni su sport, cinema, arte, cultura. Le numerosissime puntate fino

UNA STORIA MIGRANTE

DI DANILA
POZZONI

IL CONTESTO È QUELLO DI UNO DEI TANTI TENTATIVI DI FUGA DAL PAESE LIBICO, MA I PROTAGONISTI VERO O PRESUNTI CHE SIANO SONO SOLO LA MADRE E IL SUO BAMBINO

Aisha dice al suo bambino: "Quando ti carezzo la testa tu scalcia piano". Il bambino annuisce. Nonostante abbia solo due anni ha già infatti "capito" che in quell'inferno di paese poteva fidarsi solo di lei, che lo aveva messo al mondo. Said non piangeva più, ormai.

L'ostacolo maggiore sarebbe stato passare le perquisizioni prima di salire sul barcone.

Aisha. Destinata fin da piccola a un matrimonio combinato, con il passare del tempo si era ribellata al marito. Eresia... tanto che lui alla fine la ripudiò. Ma lei non tornò nella casa paterna. Si cercò un lavoro che le permettesse di mantenere suo figlio e fu ospitata da un'anziana zia che aveva un debole per lei e che viveva in un villaggio vicino.

Il giorno in cui i militari entrarono in quella casa per una perquisizione fu uno dei più brutti della sua vita: alla zia venne un infarto. Aisha a quel punto era davvero sola. Per fortuna aveva messo da parte un po' di risparmi, ma contandoli si accorse che bastavano per pagare una sola

traversata, la sua. E Said? Doveva assolutamente portarlo con lei. Non si sarebbe mai fidata a lasciarlo ad amici o a quei parenti. Doveva escogitare un piano.

Prese delle bende elastiche e si fasciò forte la pancia. Poi lì nascose il piccolo Said, in modo da diventare un corpo solo. Si mise addosso due o tre vestiti e tra questi infilò una cannucchia per potergli dare da bere durante la traversata.

Il cuore le batteva a mille. KEEP CALM. Keep calm, keep calm, continuava a ripetersi.

Arrivata al posto di blocco le chiesero, sapendo già la risposta perché era malvista in paese dato quello che era successo: "Dov'è tuo marito?".

"Mi ha lasciata?".

Ci fu una risata generale, ma nessuno le chiese del bambino. Nessuno osò toccarla, perché era stata ripudiata. "Hai i soldi con te?". Lei consegnò una busta, sapendo di rischiare molto perché quelli erano i suoi unici risparmi: 2000 euro. I trafficanti se li fecero bastare. Liberarsi di una donna di serie B era anche per loro un vantaggio.

Le diedero una leggera spinta: "Su vai e non tornare più, qui non c'è posto per te".

Aisha si stava avvicinando alla salvezza e quando partirono cominciò a pregare. Spesso le veniva il gesto naturale di accarezzarsi la pancia. Sotto quei vestiti c'era il suo bene più prezioso... Il fatto che fosse una donna ripudiata (e che il mare non fosse agitato...) rese il viaggio tranquillo. Arrivarono a un punto dove c'era un ammasso di corpi galleggianti e una barca alla deriva. Una lacrima di dolore rigò il suo viso e ne seguirono

altre. Ormai si vedeva la terra, ciò significava per loro vita, libertà. Ormai mancava poco. La nave che avrebbe dovuto portarli a riva si stava avvicinando. Completate le manovre di ormeggio, Aisha si fece strada tra i suoi compagni di viaggio e chiese di parlare con il capitano. In un inglese stentato gli spiegò tutto.

Alzò lo strato di vestiti che aveva usato per sviare i trafficanti e le si illuminò il viso vedendo Said incollato a lei. E vivo. Ce l'avevano fatta. Aisha gli disse: "Sei stato bravissimo, un vero campione". Poi svenne. Quando riaprì gli occhi trovò Said tra le braccia che dormiva.

Uno psichiatra la visitò, per valutare eventuali danni di ordine psichico. Quindi toccò a Said. Dopo due mesi lasciarono il campo profughi per una nuova vita in un contesto di protezione.

Aisha ce l'aveva fatta.

Una su un milione ce la fa nelle sue condizioni.



RE(FUSO) di Massimo Cirri

È il 16 novembre 1961. Un signore di 38 anni entra nel manicomio di Gorizia. Ci sono viali alberati, muri e padiglioni, reparti chiusi, persone chiuse. Siamo in un posto lontano da tutto, ai confini. Lui si chiama Franco Basaglia, viene dalla Clinica delle Malattie Nervose e Mentali dell'Università di Padova ed è finito a Gorizia perché ha letto troppi libri di filosofia, "è diventato troppo filosofo" per fare lo psichiatra all'università. Comincia così una storia che va ancora avanti, anche qui, su questo giornale. Tocca a tutti fare un po' i filosofi, sempre.



Cybele Chiodi

Brasiliana di origini italiane e portoghesi, ma cittadina del mondo e nomade per vocazione.

Sono un'ex hostess di volo. Laureata in Filosofia e Psicologia, parlo diverse lingue, amo viaggiare sia in senso geografico che mentale. Adoro leggere e scrivo copiosamente.

Sono empatica e ho il cuore spalancato alla vita. Cerco di coniugare la gioia di vivere col dolore di essere. Perché la vita è un'avventura della coscienza.



Paolino Macchia

54 anni. I primi 25 vissuti in un quartiere complicato della sua Napoli. Tutto sembrava semplice, ma la vita ti mette a dura prova. Circa 30 anni in salita, poi la pianura, oggi nonostante tutto sembra in discesa.

Autoconsapevolezza, determinazione, la voglia ritrovata di vivere e un po' di fortuna. Passioni che ritornano, altre che nascono. Interessi nuovi e vecchi e poi succede che nel buio esce l'arcobaleno.



Danila Pozzoni

Sono nata a Sondrio il primo aprile del 1966, ma non sono un pesce d'aprile. Tra diploma (in ragioneria) e laurea (in Scienze economiche e bancarie alla Cattolica di Milano), ho avuto anche un figlio. Studente, madre e lavoratrice, i tempi per arrivare alla laurea si sono un po' dilatati. Ma ne valeva la pena: Stefano oggi ha 29 anni, è diplomato in informatica e lavora in Svizzera.



Antonio Di Fazio

35 anni, fidanzatissimo con Silvia, bianconero dalla nascita, amo agitare in contropiede. Veloce di riflessi, corro avanti e indietro sulla "fascia" della vita. Difficoltà a mazzi, poiché di terzinacci sono piene tutte le aree di rigore, ma la mia tempera e una certa considerazione per il gioco di squadra (cooperativa Fraternalità e Amicizia è il nome del mio club), mi hanno reso uno "duro a morire".



Francesca Pivato

Milanese da sempre. Architetto, pittrice, esperta in laboratori creativi. E oggi anche esperta in tante cose. Mi occupo di bisogni delle persone sia in una multinazionale sia nel sociale. Sono un'Artista della Vita che guarda all'aspetto più intimo e nascosto della quotidianità per tessere nuove trame tra le inestricabili complessità: iconografia del viaggio come abbandono e ricerca di nuovi mondi.



Cesare Snelli

Sono nato 60 anni fa. Ho studiato e lavorato come fotografo fino a quando sono stato bene. Poi mi sono ammalato e mi sono dovuto curare. Da allora ho lavorato in cooperative sociali. Ma la fotografia mi è rimasta nel sangue. Così, grazie a Fuori di Milano, mi sono rimesso in gioco. Tengo anche un corso di fotografia nel mio centro psico-sociale. Spero che le mie foto vi piacciono



Giulia Pettinella

Sono fatta di tre nomi e ho scelto il terzo, Giulia. Nel 2007 durante un seminario di yoga (ho cominciato a praticare a 23 anni, ora ne ho 50) ho avuto uno scompenso mistico e mi sono buttata nella fontana di Trevi. Sono una donna con due poli, dicono gli psichiatri. Sono un'angelica ribelle, ma sempre in divenire. Ho fatto molti lavori, non solo su me stessa. Amo la vita e i miei due meravigliosi figli.



FuoridiMilano

Abbiamo incontrato Alessandro Bergonzoni, per un'intervista collettiva sul filo della bizzarria e del calembour. Massimo Cirri ha fatto per noi il suo re(fuso). Cybele Chiodi ha raccontato il suo "struggimento di vivere". Trump è pazzo? l'abbiamo invece chiesto a Giulia Pettinella, mentre Danila Pozzoni ha scritto un racconto migrante, Antonio Di Fazio ci ha portato nella vita di Bergonzoni, Francesca Pivato ci ha proposto la sua arte e le sue recensioni, Cesare Snelli ha fotografato l'ex manicomio Paolo Pini e Paolino Macchia una radio assai "crazy". Nel prossimo numero? Cercateci nelle librerie Feltrinelli e in tutti gli uffici pubblici comunali...

FUORIDIMILANO È UN PROGETTO REALIZZATO DAI GRUPPI E DALLE ASSOCIAZIONI DELLA SALUTE MENTALE MILANESI. SOSTIENICI! INFO@LASALUTEINTESTA.IT

In collaborazione con



Tiratura 20.000 copie