PENSIERI SCONNESSI

BOLL E BULL... E BILL IL SENSO DELLA VITA

di Bill Niada

Bill scrive, Boll e Bull dialogano:
Bull: Boll, qual è il succo o il senso della vita? Cioè, cosa ci serve per vivere bene (o per non vivere male)?
Boll: Per vivere bene bisogna saper vivere bene. Logico no?
Bull: E quindi cosa bisogna fare?
Boll: Bisogna stare il più a lungo possibile dentro a stati d'animo positivi. Serenità, soddisfazione, armonia (con sé stessi e gli altri), gioia… Ovvio no?
Bull: Ma per stare «dentro» a questi stati d'animo, cosa dobbiamo fare?
Boll: Avere una mente pulita, sgombra di emozioni negative e di stati d'animo inquinanti. Stare lontano da ciò che ce li causa e da coloro che ce li generano.
Bull: E cosa ce li può causare?
Boll: I desideri, le aspettative, le richieste che abbiamo verso noi stessi e verso gli altri. Ma anche stimolare aspettative altrui verso di noi. Più desideriamo e più ci esponiamo alla sofferenza. Più abbiamo aspettative e più siamo soggetti a frustrazioni e rabbia.
Bull: Ma scusa la nostra società si basa sui desideri! Veniamo stimolati continuamente a desiderare. Ci dicono che più desideriamo e più possiamo acquisire beni, persone, risultati. Ci insegnano che attraverso il perseguimento dei nostri desideri miglioriamo la nostra condizione di vita. Se non desiderassimo, staremmo fermi e ci accontenteremmo di ciò che abbiamo e siamo. E magari non abbiamo niente, o siamo (o ci sentiamo) delle nullità!
Boll: È vero. Noi siamo dentro a un processo evolutivo di miglioramento, ma non di consapevolezza. Una cosa è il miglioramento della qualità «fisica» della nostra vita, un'altra è la qualità mentale e psichica. Possiamo avere mille cose, una vita super comoda e agevole, grandi successi (spesso transitori o apparenti), ma mentalmente sprofondare in una condizione insopportabile. Il paradosso, infatti, è che persone che apparentemente hanno «tutto» e dovrebbero essere serene e soddisfatte, sono infelici.
Bull: Cioè, stai dicendo che corriamo dietro a cose che ci rendono la vita faticosa se non impossibile?
Boll: Esatto. Noi siamo dentro a pressioni e convenzioni sociali che ci spingono a un'esistenza insostenibile, vendendocela come unica e migliore. Ma non ce ne rendiamo conto, perché siamo troppo impegnati a correre. È per questo che dico che manchiamo di consapevolezza.
Bull: Quindi è colpa della società?
Boll: Sì, ma la società la progettano gli uomini. Valori, diritti, necessità, regole, aspettative le decidiamo noi.

Possiamo avere mille cose, ma sprofondiamo Il paradosso è che persone che apparentemente hanno «tutto» e dovrebbero essere serene e soddisfatte, sono infelici

Bull: Quindi tu sostieni che la nostra società è sbagliata?
Boll: Io sostengo che se non ci rendiamo conto di cosa ci fa star bene (soprattutto fa stare bene la nostra mente) e cosa invece ci ammala rischiamo di vivere sempre peggio.
Bull: Effettivamente oggi tutti hanno tantissimo, e comunque molto più di prima, ma stanno tutti malissimo. Quindi, si stava meglio quando si stava peggio.
Boll: Sì, perché tutto è impostato sulla ricerca della soddisfazione dei nostri desideri, senza considerare gli effetti che questa continua rincorsa ha sulla nostra mente, e quindi sulla nostra vita psichica.
Bull: Quindi tu dici che meno si ha e meglio si sta…
Boll: No, dico che la continua ricerca della soddisfazione di desideri superflui, economici, di stili di vita confortevoli o lussuosi, delle attenzioni altrui rispetto alle necessità essenziali, porta la nostra mente ad ammalarsi. La spinge ad essere in costante agitazione, in un'ansia perpetua, in profonde frustrazioni. Quindi una continua infelicità.
Bull: Ma di cosa, secondo te, abbiamo realmente bisogno per stare bene?
Boll: Di ciò che davvero ci serve per stare bene!
Bull: Non essere così criptico… dimmi cosa!
Boll: Di poche cose e te le dirò la prossima volta.
Bull: D'accordo, aspetterò, ma non dimentichiamocelo!

Bill, uno che non è sui social, non ha la televisione, ma che si sente ancora in mezzo agli uomini e al mondo.

INTERVISTA A RENZO MAGOSSO, IL GIORNALISTA CHE AIUTA I RECLUSI

Opera News, il giornale scritto dai detenuti

di Emanuela Niada, B.Liver

Opera News, giornale scritto da persone detenute sotto la guida del giornalista Renzo Magosso. Ho incontrato Renzo Magosso, giornalista, al Carcere di Opera e mi ha illustrato il suo interessante progetto, iniziato nel 2012, di insegnare alle persone detenute a diventare giornalisti e pubblicare un periodico.

Come le è venuta in mente questa iniziativa così sfidante?
«Ho pensato che sia importante portare il mondo dell'attualità e delle notizie all'interno della realtà carceraria, dove di solito non c'è tanta possibilità di dibattito e di confronto. Mi appassiona inoltre, ascoltare il punto di vista di persone di etnie, religioni, Paesi diversi. In pratica, testimoniando "Ciò che pensano dentro di quel che succede fuori", diamo voce a chi è recluso».

Come si fa a insegnare giornalismo a persone che non hanno una preparazione adeguata?
«È una bella sfida. Ci vuole tanta pazienza. Si inizia a insegnare loro a battere a macchina e ci si impiega parecchio tempo. Si chiede agli aspiranti giornalisti di essere sintetici ed essenziali nel descrivere un avvenimento, rispondendo alle domande: 1. Chi? 2. Che cosa? 3. Quando? 4. Dove? 5. Perché?. A lezione avevo una trentina di persone di differenti culture, estrazioni, provenienze. Da chi non aveva mai studiato a gente laureata. Il giornale allora si chiamava *In corso d'opera*. Erano in gran parte molto motivati e davvero bravi. Ogni tanto qualcuno usciva perché aveva scontato la pena. Siamo andati avanti per dieci anni con grande soddisfazione. Nel 2022 abbiamo ricevuto l'Ambrogino d'oro dal sindaco Sala e siamo andati a ritirarlo tutti insieme. È stato un avvenimento molto importante. I "miei giornalisti" erano entusiasti. Era il riconoscimento del loro lavoro di grande valore umano e culturale».

Da due anni avete cambiato nome…
«Sì, ci sono stati alcuni cambiamenti. Adesso il periodico esce ogni due mesi e si chiama *Opera News*. Ragioniamo tutti insieme su come fare il giornale. Non trattiamo solo problemi che si riscontrano in carcere, ma si spazia anche ad argomenti che riguardano il mondo intero: dalla politica, all'economia, all'arte, allo sport. Alcuni ragazzi che frequentano il nostro laboratorio sono stupiti che esista un mondo diverso da quello che hanno conosciuto da giovani, in alcuni Paesi dove i genitori e tutti i loro familiari sono cresciuti con una mentalità malavitosa: l'uso delle armi e della forza per procurarsi denaro. Sono increduli che si possa vivere in modo diverso e si aprono orizzonti impensati, come quello di studiare per imparare e poter svolgere un lavoro per guadagnare onestamente».

Ci sono tanti laboratori a Opera oltre al vostro?
«C'è una sartoria che produce per marchi famosi, officine di assemblaggio di manufatti vari, una zona dedicata alla digitalizzazione di documenti da archiviare, un call-center, un panificio, un laboratorio da elettricista, uno da idraulico, uno da imbianchino, uno per muratori e il laboratorio di liuteria, dove il legno dei barconi che approdano a Lampedusa viene trasformato in violini e altri strumenti musicali e un laboratorio di lettura e scrittura creativa. Chi frequenta i laboratori per imparare un mestiere, alla fine ottiene un diplomino e potrà trovare lavoro, quando tornerà in libertà. Sono stati inoltre realizzati tre campetti da calcio in erba sintetica per permettere ai detenuti di fare sport».

Il periodico nasce nel carcere di Opera ed esce ogni due mesi

Come sostenete i costi e come distribuite il giornale?
«Da quando, nel 1999, la carta non veniva più pagata dallo Stato, molti editori hanno venduto ad aziende che per far quadrare i conti hanno dovuto ridurre il personale e si sostengono grazie alla pubblicità. Noi, per fortuna, abbiamo un amico, Carlo Ubezio, che impagina il giornale gratuitamente. Inoltre lo diffondiamo via internet per raggiungere tante persone, con una spesa ridotta».

È davvero un progetto unico in cui sono le persone detenute a scrivere e a commentare le notizie esterne. Anche *Il Bullone* dà spazio principalmente ai ragazzi con malattie croniche, che hanno sempre un punto di vista originale e speciale, filtrato dalle loro intense esperienze di vita. Si sono confrontati in diverse occasioni con le redazioni di alcuni giornali in carcere come *L'oblò* del reparto «La nave» nel carcere di San Vittore e *Cartebollate* di Bollate, tramite le riunioni dette di «relazione». Anche a Opera i nostri ragazzi sono venuti a incontrare le persone detenute e sono avvenuti scambi di esperienze umanamente molto intense.

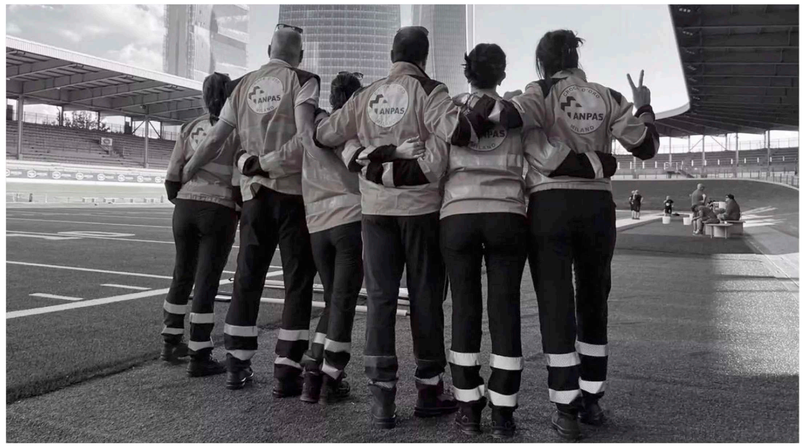
ILLUSTRAZIONE È DI PAOLA PARRA

CROCE D'ORO MILANO

Io, Irene, volontaria di notte collezionando esperienze modifico il mio punto di vista

di Emanuela Niada, B.Liver

Irene, una giovane signora dai riccioli scuri, è sposata con un medico e hanno due figli ormai indipendenti. Arriva in moto all'appuntamento. Toglie il casco e inizia a raccontarmi che ha scoperto da qualche anno la meditazione e da sola ha fatto alcuni cammini di pellegrinaggio in Italia, a piedi o in bicicletta. Sono incuriosita dal volontariato che svolge, ormai da otto anni, come soccorritrice in ambulanza con la Croce d'Oro Milano.



I volontari della Croce d'Oro Milano.

Come mai ha pensato di impegnarsi in questo tipo di volontariato?
«Ho iniziato più per me stessa, per sapere cosa non fare in certe circostanze di emergenza, in cui puoi commettere errori fatali, soprattutto quando hai poco tempo per intervenire. Avevo i bambini piccoli e i genitori anziani. Ho pensato a loro».

Poi cosa è successo?
«Giorno dopo giorno, senza avere un progetto in mente, ho frequentato il corso di un anno dove impari le nozioni teoriche e poi fai pratica di rianimazione cardio-polmonare e altre manovre su un manichino. L'esame scritto e pratico è molto complesso. Una volta superato, si diventa operativi, mettendo a frutto quanto imparato. E lì ti rendi conto quanto l'aspetto umano emerga in modo potente come scambio tra i soccorritori e le persone soccorse. Mi sono appassionata. Ricevo un appagamento psicologico notevole, perché mi rendo utile e disponibile per chi è in un momento di necessità fisica e psicologica. L'adrenalina che ci sostiene diviene come una droga che fa star bene. Non è però il risultato di una debolezza, una dipendenza, anzi è l'esito di molta fatica, sia fisica che mentale. È necessario un certo equilibrio psico-fisico, perché non ci si può caricare di pesi altrui se non si è abbastanza leggeri».

L'aspetto umano emerge come scambio tra soccorritori e persone soccorse

Che difficoltà si incontrano principalmente?
«Spesso ci sono fattori incontrollabili, come le reazioni di panico dei parenti, o condizioni contingenti particolari, dal suicidio a traumi importanti. Il più delle volte ci si trova davanti a situazioni tranquille, per fortuna. Poi dobbiamo relazionarci con le forze dell'ordine. Fondamentale è applicare scrupolosamente il protocollo clinico, traumatico e di rianimazione e rimanere lucidi e presenti alla situazione specifica. La squadra è composta da 3 – 4 persone. Aiuta molto essere affiatati tra di noi. I militi hanno un ruolo molto operativo, coordinato spesso dal capo servizio, che agisce da fulcro. È il referente che deve individuare in dettaglio la situazione e interagire con la centrale operativa del 118, che indirizza nell'ospedale più idoneo. A Milano vi sono tanti presidi territoriali capillari distribuiti a cerchi. Siamo considerati gli occhi del 118. L'autista non è solo responsabile del trasporto, ma coordina tutto l'equipaggio. Non c'è un medico tra noi, non facciamo diagnosi, non somministriamo terapie. Dobbiamo capire di che problema si tratta e riferirlo. Per noi le chiamate, a seconda della gravità richiedono interventi che si distinguono tra "emergenza", in cui la vita del paziente è in pericolo ed è necessario un intervento tempestivo, nell'arco di alcuni minuti, mentre per l'"urgenza", il tempo d'intervento, per non avere un esito fatale, è al massimo di qualche ora. Il codice va da verde, meno grave, poi giallo, medio, rosso più grave. Gli ospedali hanno introdotto delle fasi intermedie da verde-azzurro-giallo-arancio-rosso. Il capo servizio si confronta prima con il 118, poi con la persona del triage dell'ospedale. Durante l'intero processo il codice di gravità può cambiare. Spesso i parenti o il paziente stesso non hanno una visione obiettiva della gravità. Nelle grandi emergenze, che di solito coinvolgono problemi di cuore, traumi cranici o neurologici tipo ictus o TIA, bisogna agire in fretta. Quando arriviamo a destinazione, dobbiamo inquadrare velocemente la situazione e agire di conseguenza applicando il nostro protocollo. È importante verificare lo scenario clinico: di quale patologia si tratta o se è un trauma da caduta o incidente. Si fa l'anamnesi, come una specie di scannerizzazione della situazione per capire come affrontarla e risolverla».

Ci vuole molto sangue freddo. Non le capita mai di bloccarsi o di andare in panico?
«Per fortuna sono sempre riuscita ad essere attiva e presente. Seguendo il protocollo di solito non si hanno sorprese. Certo, di fronte a fatti tragici e alla morte della persona, subentra l'aspetto psicologico. Al momento ho sempre reagito in modo proattivo, mentre nei giorni successivi ritornano in mente di continuo quelle immagini. Facciamo un "debriefing" dopo ogni servizio, cioè ci confrontiamo tra noi e ci supportiamo l'un l'altro».

Sono sempre riuscita a essere presente. Con il protocollo non si hanno sorprese

Imparo dalla pratica. Si innesca un canale emotivo che ti fa continuare

Con che frequenza presta servizio?
«Un giorno in settimana dalle 6 di sera alle 6 di mattina. Minimo 2 notti al mese. A volte dobbiamo coprire alcuni giorni festivi ed essere di supporto a eventi o manifestazioni. Di settimana in settimana si decidono i turni e i compagni di squadra cambiano. Siamo di varie età e professioni. Ci si abitua a interagire tra persone molto differenti. Spesso si affrontano situazioni tragiche, ma a volte anche buffe. Si cerca di sdrammatizzare e di rimanere positivi. Ci si confronta con chi ha più esperienza. L'autista ha un ruolo importante: è la persona con più esperienza, deve agire con sicurezza e saper gestire i propri sentimenti. Ci insegnano che, se in un certo momento non ce la sentiamo di affrontare un incarico, è meglio fare un passo indietro, per non recare danno al lavoro di squadra e in ultima analisi alla persona da soccorrere».

Mi sembra di capire che nonostante le difficoltà lei lo faccia con passione…
«Sì, certo. Imparo sempre qualcosa. Mi confronto con realtà molto diverse. Spesso abbiamo a che fare con pazienti psichiatrici, tossicodipendenti. Ricevo molto dalle esperienze umane. Si innesca un canale emotivo che ti spinge a continuare, non puoi più smettere. Accumulo esperienze e modifico i punti di vista. Non ho più preconcetti dogmatici a cui riferirmi. Conosco dei lati di me che mi stupiscono. Scopro la mia emotività in certi contesti. Faccio un esempio: siamo stati chiamati da una mamma perché la sua neonata non respirava più, era già tutta scura in volto, forse le era andato di traverso qualcosa. Quando si è ripresa, sono stata travolta da un'esplosione di gioia mai provata, che mi ha stupita e mi ha fatto star bene».