Lettere dal carcere di Volterra

Le testimonianze di amici vecchi e nuovi detenuti nell'istituto di massima sicurezza della città toscana, che dello Shiatsu hanno fatto e fanno un ponte con la vita che scorre lontano da loro



A cura del **Gruppo Shiatsu di Piombino**

Sono trascorsi più di cinque anni dal nostro primo incontro con i detenuti di massima sicurezza del carcere di Volterra. È passata tanta acqua sotto i ponti, sono cambiati i nostri approcci e le loro risposte. Alcuni dei nostri primi amici hanno conosciuto di nuovo la libertà, altri sono stati trasferiti in altri istituti di pena, altri sono passati più semplicemente tra i "comuni" avvicinandosi maggiormente alla libertà; altri ancora, in questo andirivieni, sono arrivati in questo istituto e sono diventati nostri nuovi amici.
Frequentano assiduamente i nostri incontri, ogni quindici giorni, insieme ai più "vecchi" (non per età ma per militanza). Sentiamo una certa "mancanza" sia di coloro che ci hanno lasciato per avvicinarsi un po' di più alla libertà, sia di quelli che già l'hanno raggiunta. **Ci sono rimasti nel cuore e siamo felici per loro.**
I nuovi arrivati, comunque, non hanno niente di diverso e sono affabili e dolcissimi come quelli che li hanno preceduti. Il rapporto con loro è cambiato solo per quanto riguarda i nomi, per l'affetto e l'amore che contraccambiano non esiste nessuna differenza. Anche dai nuovi arrivati prendiamo più di quanto siamo in grado di dare, fanno parte di noi e ci sentiamo legati a loro.
Il rapporto, nel rispetto delle regole dell'istituto, è improntato alla massima stima e amicizia. Quando ci ritroviamo per i nostri trattamenti ci sentiamo tutti uniti da un filo invisibile, oserei dire che non siamo soli, che è presente una sensazione che non sappiamo spiegare bene, che ci guida nel lavoro. Non siamo solo noi operatori a percepirlo, anche i nostri ragazzi se ne sono accorti.

IL VALORE DI UNA PAROLA

Per i miei fratelli acquisiti: amici miei carissimi, io da tempo sento parlare di volontariato, ma per dirvi la verità non ho mai capito il vero significato di questa parola. A volte ci sono tante parole che si pronunciano tutti i giorni solo per semplice abitudine, ma in realtà del loro significato vero e proprio conosciamo solo la metà.



Io qui con voi senza consultare il vocabolario sono riuscito a capire la profondità del valore di questa parola. Adesso sono rinchiuso in cella, ma vi assicuro solo virtualmente, perché il mio cervello è ancora giù in mezzo a voi, mi sono divertito tantissimo ed ero e sono serenissimo, nella mia vita se voglio so essere la persona più stronza del pianeta, ma vi giuro che ora mentre vi sto scrivendo queste poche righe mi lacrimano gli occhi. Nella mia famiglia fino a nove mesi fa c'eravamo io, mia mamma, mia sorella e mio fratello con rispettive famiglie, ma posso assicurarvi che ora ci siete anche voi (e se non ci credete vi procurerò un certificato di famiglia). Oggi mi sono divertito moltissimo, più delle altre volte, "questo sì che è un massaggio" altro che Shiatsu.
Ora vi scrivo un'ultima cosa perché i discorsi troppo lunghi mi annoiano: vi giuro sul mio onore che se la direttrice mi dicesse: "sig. ... vuole un permesso per un giorno di libertà o passare un'altra mattinata come questa? Io sceglierei SEMPRE un'altra mattinata come questa. Con questo ho detto tutto, spero di essermi spiegato bene, e chiudo dicendovi: GRAZIE DI ESISTERE. Per: Paolo, Paola, Franco, Maurizio, Maria, Giulia, Gloria, e per gli altri che ancora non ho avuto il piacere di conoscere.

IL BENESSERE, L'UMANITÀ

Mi chiamo... sono detenuto da quasi dieci anni, la mia detenzione essendo del sud l'ho trascorsa in istituti siciliani dove non si fa niente per i detenuti apparte qualche indirizzo scolastico. Le aree trattamentali sono scritte solo sulla carta "SE SONO SCRITTE".
Che sono importanti per il reinserimento del detenuto perché, apparte ad una cultura personale serve anche dal punto di vista mentale e psicologico, in quanto stare chiusi in una stanza, senza fare niente, a lungo andare c'è sempre un più debole che si fa sopraffare dalla depressione. Fatta questa breve introduzione, parlerò della mia esperienza, che sto vivendo tutt'oggi nel carcere di Volterra dal giorno in cui sono arrivato e cioè dal 19.11.2011.
In questo istituto ho trovato, apparte a i vari corsi ecc. anche un corso di "SCHIATSU". Disciplina, che ne avevo sentito parlare ma non avevo mai avuto l'occasione di vedere e di provare. La cosa che mi ha colpito è che nonostante le persone che si prestano a far conoscere questa disciplina, sono dei volontari e non sono neanche di Volterra, quindi, persone con una famiglia, che non hanno pregiudizi, e che fanno fronte a dei sacrifici e spese, sono veramente preparati e svolgono il trattamento con dedizione e tanta pazienza per insegnare a noi detenuti come si effettua il trattamento. C'è anche da dire che oltre a ciò che fanno, la loro presenza carica di umanità e i loro modi relazionali, fanno sì che si crea un atmosfera familiare.
Quindi secondo il mio parere, oggi che ho provato, questo tipo di trattamento e conoscendolo meglio, posso affermare che è importante per la salute e il benessere di una persona. Apparte il rilassamento che si prova avendo fatto il trattamento, se si ha qualche problemino al corpo conoscendo i punti e il sistema, si riesce ad eliminare l'inconveniente che per esperienza personale, posso dire che risulta a verità. Al contrario di ciò che pensa qualcuno tutt'oggi.
E che le persone almeno quelli che ho avuto il piacere di conoscere ed incontrare in questa circostanza, sono veramente abilitati e capaci di svolgere questo tipo di trattamento facendolo con molta passione.
Avendo illustrato un mio parere su questa mia esperienza, non mi resta altro che ringraziare le persone che con la loro presenza mi lietano. Paolo, Maurizio, Maria, Paola, Giulia, Franco e altri che ancora non ho conosciuto ma che fanno parte di questo gruppo. LA VOSTRA DEDIZIONE, SENSIBILITÀ E IL VOSTRO MODO DI FARE NON POSSONO CHE MERITARE LA MIA GRATITUDINE.

IL CALORE, L'AFFETTO

Mio carissimo amicone Paolo ciao come va? Io sto bene così come spero di te e di tutti i confratelli. Cosa dirti amico mio, grazie a delle belle persone come voi questo luogo diventa un po' più "accogliente e caloroso" e che io personalmente, dopo un bel po' di anni di carcere, avverto vivamente l'affetto che trasmettete facendoci sentire come una famiglia regalandoci un sorriso, parole di conforto e di coraggio che di certo in questi luoghi fanno breccia nel nostro stato d'animo. Indimenticabile questa bella



esperienza del praticare lo SCHIATSU e ancora di più caro Paolo nell'avermi aggiustato la spalla malconcia da una slogatura. Vorrei ringraziare uno per uno il vostro favoloso gruppo e colleghi per il bene che fate, ringraziarvi infinitamente a te Paolo, Maria, Paola, Giulia, Maurizio e perdonatemi se dimentico qualcuno o faccio confusione o dire il nome giusto, grazie, grazie di cuore. Colgo l'occasione di farvi i mie più sinceri auguri per trascorrere una serena buona Pasqua unitamente a tutti voi e vostre care famiglie. Ciao buone cose con affetto e stima.

IL CUORE PIENO DI GIOIA

Mio carissimo amicone Paolo, ciao come va? Spero bene così come posso assicurarti di me. Inevitabilmente non posso che parlarti dei nostri bellissimi incontri la quale ne rimango felice sia sotto l'aspetto umano che sotto l'aspetto di benessere interiore; questo grazie alla vostra disciplina che riuscite a trasmetterci con grande capacità professionale. Che dirti caro Paolo, in questi luoghi persone speciale come voi sono la vera "panacea" contro la sofferenza che alberga in circostanza come le nostre! I vostri dialoghi affettuosi con tante parole di conforto, i vostri cari abbracci, i vostri sorrisi fanno sentire come se avessi vicino i miei familiari di cui mi si riempie il cuore di gioia facendo sì che allevia la sofferenza che comporta questo luogo.
Ovviamente queste mie osservanze sono estese oltre che a te Paolo, a Franco, Maurizio, Maria, Paola, "a picciridda Giulia" e perdonatemi se non ricordo il nome di un'altra ragazza in quanto è venuta una sola volta.
La disciplina che ogni volta mi viene applicata mi fa sentire molto più rilassato, e come detto prima, sento un senso di benessere interiore di cui ringrazio infinitamente tutti voi, chiudendo, di non vedere l'ora di riabbracciarvi e risentire nuovamente le belle emozioni che umanamente fate sentire. Vostro affettuoso amico...

EMOZONI VERE

È come se fosse passato un solo giorno da quando mi fu presentato il gruppo Schiatzù-Do; "lo Schiatzù-Do mi ha cambiato la vita" ci disse Paolo. Nove ore al giorno per quattro giorni a settimana per sette anni, dentro un'aula di giustizia possono segnare la vita di chiunque e certamente ha segnato la mia, anche se a dire la verità non me ne sono mai reso conto veramente fino a che non ne sono uscito e il merito è anche vostro; non si capisce la condizione in cui sei se prima non ne esci; ed è allora che ho compreso la ricchezza delle cose il gusto della vita, di cose che prima non consideravo e non perché non ne ero attento è solo che non ne avevo coscienza, per troppo tempo non le vivevo più e quando le ho vissute ho capito che era molto che non vivevo! In questo gruppo ho vissuto momenti di vera libertà ed emozioni "VERE" eccezionali, emozioni che mi fanno sentire uomo! Ed è per questo che se ieri vi chiamavo conoscenti e poi amici oggi vi chiamo fratelli, ed ogni qualvolta ci lasciamo dopo ogni incontro per me inizia, tanto per rimanere in tema, una attesa, avvolte breve, avvolte lunga, avvolte interminabile, e ogni volta che arrivate a casa se vi sentite che vi manca qualcosa non abbiate paura una parte di voi è rimasta con me ed io la conserverò ne avrò cura la custodirò e vigilerò su di essa e quando la solite cadute di solitudine si presenteranno io so che voi sarete con me ed io mi sentirò meno solo ed avrò un motivo in più per lottare e prevalere!
Voi non mi avete considerato per ciò che ero o ciò che sono ma siete andati a considerare "CHI SONO", annullando così in un solo attimo tutto il disprezzo umano che mi perveniva dal mondo esterno per ciò che ero; avvalorando così ciò che io avevo metabolizzato cioè che un piccolo pregio deve coprire una miriade di difetti ed una miriade di difetti non deve coprire un piccolissimo pregio. Ieri dicevo voi e noi, oggi dico noi! Ieri dicevo vi voglio bene, oggi vi dico stronzi io vi amo...

UN RAPPORTO SINCERO

La mia esperienza con il " Gruppo Shiatsu " è cominciata circa cinque anni fa. Devo dire che la mia diffidenza era totale nei loro confronti ed ero scettico nei benefici del trattamento, purtroppo stando in questo posto si parte sempre con le mani avanti quando ci sono delle novità, come se

si fosse in un enorme stanza al buio e si cerca di proseguire senza conoscere gli spazi in cui muoverti. Forse perché tante volte penso che la gente punta ad ottenere delle risposte, o delle reazioni, al fine di coltivare le loro curiosità, ma non semplicemente ad instaurare un rapporto sincero e disinteressato.
In questo caso posso affermare che oltre che si è instaurato un rapporto sincero e disinteressato sono nati una serie di sentimenti talmente forti che non pensavo ci fossero nei rapporti interpersonali. Questo perché; piano, piano e gradualmente c'è stata una sensibilità da parte loro ed un rispetto hai miei limiti che hanno percepito dal primo giorno, e con costanza, senza invadenza hanno portato avanti il loro obbiettivo.
Io oggi ho un rapporto con queste persone (Paolo, Paola, Maria e Franco), che non pensavo minimamente potesse accadere in questa parentesi della mia vita, ho totalmente fiducia in loro, ho un rispetto ed una stima che con poche persone ho nella mia vita.
Per quanto riguarda il " trattamento" alcune volte penso sia riduttivo definirlo tale, in quanto si pensa ad un'azione esclusivamente materiale ed effettivamente è così, ma nel riceverlo, ed esternare le proprie sensazioni di benessere totale e "leggerezza" mentale si ha un processo di metamorfosi che va al di là del senso materiale del trattamento in sé e per sé. È questa sensazione di " leggerezza e benessere" cerco di distribuirla nei giorni che mi separano dal successivo incontro, ormai sono talmente in sintonia che riesco a sentire il mio stato d'animo, con lo stato di benessere che mi ha dato il trattamento "prendendolo a piccole dosi" nell'arco della giornata.
Mi sembrava assurdo le prime volte, ma sono passato dall'essere scettico, all'essere talmente sensibile a dei segnali che manda il mio corpo e la mia mente che non avrei mai pensato di cogliere.
Altro fatto fondamentale è che dopo diversi trattamenti, fatto da altrettante persone diverse, mi sono reso conto che è come se ci fosse un tacito accordo tra me che lo ricevo e chi lo esegue, in quanto sento proprio la persona adatta che è in armonia con me, e si percepisce chiaramente il benessere e l'amore che trasmette tramite le sue mani e come se uscisse una linfa di serenità e pace interiore, che mi nutre trattamento dopo trattamento.
Devo ringraziare principalmente Paolo, Maria, Franco e Paola, che costantemente con la loro tenacia hanno creduto e credono in questa disciplina, in quanto se non fosse stato per loro, io i miei limiti non credo li avrei superati a causa della mia razionalità e sicuramente le sensazioni di quiete che sento in me, sono di gran lunga inimmaginabili per chi sfortunatamente come me non conosceva neanche il significato della parola SHIATSU.

UNA PERSONA, PRIMA DI TUTTO

Non so proprio come cominciare perché ricordare mi fa male, ma è la vita, metà della quale trascorsa a sopravvivere senza Emozioni, Sentimenti, Amore ed escluso dal Mondo, per cui non posso non raccontare questa esperienza che mi ha fatto Rinascere. Innanzi tutto voglio ringraziare i miei fratelli:... e... perché quando sono arrivato nel febbraio 2011, hanno tanto insistito e alla fine ci sono riusciti a farmi superare, la mia timidezza, la mia Diffidenza e presentarmi al gruppo "Shiatsu-Do", composto da Persone STRAORDINARIE, UNICHE perché oltre a credere fermamente nell'umanità, Fratellanza, Amicizia, si prodigano nell'Aiutare il prossimo senza nessun pregiudizio, con Amore, donando Serenità, Sorrisi, Affetti, Sentimenti Puri, ed io voglio ringraziarvi tutti dal Profondo del Cuore Per avermi fatto rinascere trattandomi e facendomi sentire una Persona.
Ricordo come fosse ieri, le parole che un giorno mi disse Franco: da quando ho conosciuto Paolo mi ha cambiato la vita, allora sembravano solo Parole, oggi Posso assicurarvi che non sono solo Parole perché, lo schiatsu Do è una disciplina che ti cambia veramente la vita, in quanto oltre a fare bene al corpo , ti fa Bene allo Spirito che è la cosa più importante.
Prima di concludere, voglio ringraziare anche tutte le Persone che non conosco e che anche grazie al loro Aiuto tutto questo è possibile. "GRAZIE".
Vi voglio Bene a tutti ASSAI. Grazie di Cuore.

