

## Articolo per periodico della Comunità Psichiatrica Fraternità: INTEGRA-MENTE gennaio 2011

### Cogliere tracce di speranza: curare le parole per dare parola alla cura

*“Siamo chiamati ad immaginare e quindi a realizzare nella concretezza il profilo di una città abitabile, dove non ci si senta indotti a vivere la paura dell'altro ma se mai la gioia dell'incontro e il desiderio di sperimentare relazioni positive.*

*(...) Una città vivibile è anche una città coraggiosa, che affronta le sfide della presenza multietnica e multireligiosa, che riflette sulle vite clandestine, sulle vite senza dimora, sulle vite condotte per la strada e segnate dall'abuso di alcol e sostanze, sulle vite spezzate da una solitudine molto profonda, sulle vite che sfuggono da paesi di orribile guerra come a vite che invocano istanze di giustizia, di intelligente solidarietà, di speranza in un futuro possibile.”*

*(Card. Martini – discorso pronunciato in occasione del Convegno “La cittadinanza è terapeutica”, Milano, 2002)*

Vivere la sofferenza psichica stanca, snerva, sviscerisce. È costante resistenza alla paura, al disagio, alla disillusione, alla sofferenza. È rendersi conto giorno per giorno che si sta perdendo la forza di combattere e, forse, è meglio gettare la spugna e accettare una situazione di dolorosa solitudine. È sapere che il tempo non lenisce ferite di questo genere, anzi gioca contro. È non ri-trovare neppure un posto dentro se stessi dove riposare e riprendere le forze ...

Chi vive in prima persona lo stigma interiore ed esteriore della malattia mentale, chi lo affronta ancora con quel pudore di cose bisbigliate, sibilline, per non turbare il mondo dei “normali”, chi sa di non poter superare il limite della propria cerchia di conoscenze per non aggiungere dolore al dolore, sperimenta profondamente quanto il bisogno di comprensione, accettazione, condivisione sia necessario.

Per vivere la sofferenza psichica occorre coraggio: nell'uscire ogni giorno e guardare la città in faccia senza abbassare gli occhi, nel sentire su di sé gli occhi della gente, sguardi taglienti come lame che penetrano nell'intimo lacerando le coscienze.

Ci vuole coraggio, tenacia, sostegno per trovare la forza, nonostante tutto, di assumere fino in fondo il proprio dolore, di gridarlo alla città e al mondo, di sperimentare un contesto di cura che parta da sé ma coinvolga anche gli altri, familiari, amici, cittadini che hanno l'ostinata fermezza, a loro volta, di stare in quel dolore per recuperare tracce di speranza.

Il progetto “Curare le parole per dare parola alla cura”, promosso dall'Associazione “Il Chiaro del Bosco” e finanziato dalla L.R. 23/99, trova le sue radici nel desiderio di recuperare le “parole di speranza” nel proprio percorso personale di vita per trasformarle nelle “Parole della speranza” per tutti, per le donne e gli uomini che hanno l'audacia di credere ancora al valore estetico e al potere etico della parola.

La parola, quando ha la funzione di consegnare a se stessi e agli altri una parte della propria vita, cura e si prende cura: di sé, di coloro che ci amano, della società che sa mettersi all'ascolto con orecchio teso, che sa leggere tra le pieghe del dolore.

Ecco, allora, il perché di un “Concorso letterario” dal titolo “Rintracciare la speranza”: non tanto e non solo per attivare la ricerca di “talenti letterari” quanto per stimolare la ricognizione di ciò che di prezioso ciascuno ha in sé e dare la possibilità di svelarlo a se stesso e agli altri.

Il narrare di sé contribuisce a dare significato alla realtà, ad appropriarsi della propria storia personale, a dare forma alle proprie emozioni.

“La parola” ci mette in relazione con gli altri, crea condivisione, spiega, “cura” e restituisce dignità.

“Scrivere” è anche il luogo dell’ascolto di sé, della revisione, della re-interpretazione, della riflessione. Vorremmo, in questo cammino, andare alla ricerca di alcune tracce di vita vissuta che, viste sotto nuove angolazioni, diano un senso alle sofferenze, alle difficoltà, agli ostacoli portando alla luce spiragli di speranza.

Obiettivo del concorso è, pertanto, lo stimolo a rin-tracciare impronte luminose di speranza per ri-tracciare il proprio percorso di vita donandogli un senso nuovo, pieno, progettuale.

Mariella Mentasti

*Il concorso letterario “**Rintracciare la speranza**” si articola in tre sezioni.*

*Possono partecipare opere in prosa o in poesia, in lingua italiana e attinenti al tema proposto.*

*Ogni concorrente può partecipare con un proprio testo inedito, ad una sola delle tre sezioni sotto riportate:*

*~ Sezione A : **racconto**;*

*~ Sezione B : **testimonianza/autobiografia** ;*

*~ Sezione C : **poesia***

*Sono ammessi a partecipare **pazienti e familiari** che abbiano compiuto 18 anni alla data della scadenza del termine per la presentazione delle opere e che abbiano avuto un'esperienza personale con la sofferenza psichica .*

*La partecipazione al concorso letterario è individuale e **riservata ai residenti in Brescia e provincia.***

*La partecipazione di operatori, volontari , studenti vicini a persone con sofferenza psichica **è ammessa fuori concorso.***

*E' altresì prevista la possibilità, per chi lo desiderasse, di partecipare al concorso letterario utilizzando uno pseudonimo o richiedendo l'anonimato.*

*Verranno premiati i primi tre classificati di ogni sezione.*

*I premi previsti sono i seguenti:*

- Sez. A. 1° classificato: assegno di € 300,00;  
2° classificato: assegno di € 200,00;  
3° classificato: assegno di € 100,00;
- Sez. B 1° classificato: assegno di € 300,00;  
2° classificato: assegno di € 200,00;  
3° classificato: assegno di € 100,00;
- Sez. C 1° classificato: assegno di € 300,00;  
2° classificato: assegno di € 200,00;  
3° classificato: assegno di € 100,00.

**Le opere di ciascuna sezione segnalate dalla giuria dal quarto al decimo posto compreso, saranno pubblicate, unitamente alle premiate, in un volume.**

*Tutte le opere pervenute, comprese quelle non premiate o fuori concorso, saranno rese disponibili in sezione speciale del sito dell'associazione.*

*Gli elaborati, confezionati con le modalità previste dal bando, dovranno indicare la sezione alla quale si intende partecipare ed essere inviati a mezzo raccomandata postale entro e non oltre il 31 maggio 2011 a:*

**Concorso letterario “Rintracciare la speranza”**

**SEZIONE:.....**

**C/O Associazione Il Chiaro del Bosco ONLUS**

**via Scuole 1/G 25128 Brescia**

**Il bando integrale del concorso è disponibile sul sito dell'associazione**

[www.ilchiarodelbosco.org](http://www.ilchiarodelbosco.org)

**L'inosservanza anche di una sola delle disposizioni previste dal bando/regolamento comporta l'esclusione dal concorso.**