CAT & Dintorni

Rivista a cura delle Famiglie e dei Servitori/Insegnanti dei C.A.T.

A.R.C.A.T. LOMBARDIA
Associazione Regionale Club Alcologici Territoriali (metodo Hudolin)
Via Borgo Palazzo, 130 – 24125 BERGAMO – 035.23.13.23

"RICOMINCIO DA TRE"

Massimo Troisi ci soccorre nel descrivere la situazione da cui riparte a Milano il programma alcologico territoriale.

- TRE erano i CAT dell'ACAT MIlano prima del Corso di Sensibilizzazione; alla fine del Corso sono triplicati grazie al decollo di sei nuovi Club.
- TRE sono i partners strategici a supporto dei CAT milanesi: Dipartimento delle Dipendenze; NOA; Università Cattolica.
- TRE sono alcuni obiettivi forti del futuro prossimo dei Club meneghini:
  1) L'avvio e la messa regime delle Scuole Alcologiche Territoriali ;
  2) L'Aggiornamento dei Servitori Insegnanti da realizzare nel primo trimestre 2015;
  3) La sensibilizzazione della popolazione generale in collaborazione col NOA e degli studenti delle facoltà dell'Università Cattolica
     Tra le attività programmate spicca l'Interclub di autunno in collaborazione con l'ARCAT Lombardia.

Ecco il testo completo del documento conclusivo del corso:

CORSO DI SENSIBILIZZAZIONE
ALL'APPROCCIO ECOLOGICO-SOCIALE
AI PROBLEMI ALCOLCORRELATI E COMPLESSI
(Metodologia Hudolin)

Milano, 9 - 14 Giugno 2014

CONCLUSIONI

Nella settimana dal 9 al 14 giugno 2014 si è svolto a Milano, presso l'Istituto S. Gaetano–Opera Don Guanella, il Corso di Sensibilizzazione all'Approccio Ecologico Sociale ai Problemi Alcolcorrelati e Complessi (Metodologia Hudolin).

Il Corso è stato organizzato dall'ACAT Hudolin Milano in collaborazione con il Comune di Milano, l'ARCAT Lombardia e l'AICAT e con il Patrocinio della ASL di Milano e del Comune di Milano.
Al Corso hanno partecipato 22 corsisti provenienti dalle Province di Milano, Novara, Pavia e Lecco.
Si ringraziano:
- le famiglie ed i servitori-insegnanti dei Club di Milano e di Carate Brianza che hanno collaborato a questo Corso dando la disponibilità ad accogliere i partecipanti nelle loro riunioni settimanali;
- il Dr. Riccardo Gatti, Direttore del Dipartimento Dipendenze della ASL di Milano per i saluti e il fervido incoraggiamento ai corsisti;
- l'Assessorato alla Sicurezza e Coesione Sociale del Comune di Milano per la concreta collaborazione nella stampa del materiale illustrativo; la Fondazione Scuole Civiche di Milano per il prestito della lavagna luminosa;
- il Direttore dell'Istituto S. Gaetano Don Silvio Tiraboschi per la disponibilità della sede e della mensa;
- il responsabile della compagnia teatrale "Amici di Gastone" per lo spettacolo teatrale "Confetti a colazione" e la splendida serata offerti a titolo di beneficenza; la Società Lavazza per la fornitura di caffè per il coffee-break giornaliero.

Si ringraziano inoltre il Coordinatore del corso Aniello Baselice, il Co-coordinatore e Conduttore di gruppo Augusta Bianchi, i Conduttori dei gruppi Mario Pellicciari e Mario Zambon; i Co-conduttori Abdu Bayebane, Maria Tamagni, Mariangela Terzi; i Relatori Franca Bonin e Emanuele Sorini.

Un ringraziamento particolare va infine ad Anna Borioni e Maria Peviani, che si sono occupate del lavoro di segreteria, e ad Abdu Bayebane, che si è adoperato per tutte le necessità organizzative e di confort.

Alla tavola rotonda sul tema *"I CAT e il territorio: un saper fare insieme per costruire e sviluppare la rete alcologica"*, introdotta e coordinata dal Presidente dell'ARCAT Lombardia Giacomo Lorenzetti, hanno partecipato: M. Raffaella Rossin, Coordinatore

Scientifico NOA Aziendali - Dipartimento Dipendenze ASL Milano; Matilde Corti, assistente sociale, criminologa, ASL Milano; Alessandro Abruzzini, Commissario Capo della Polizia Stradale; Fabio Folgheraiter, Docente della Facoltà di Scienze Politiche e Sociali dell'Università Cattolica del Sacro Cuore.
In questa occasione è stato possibile riscontrare un'attenta sensibilità alle problematiche alcolcorrelate e la disponibilità a sviluppare ulteriormente la rete di collaborazione per facilitare l'accessibilità delle famiglie al Club e sensibilizzare la comunità locale. Da parte sua l'ACAT Hudolin Milano si impegna, a partire dalle prossime settimane, a ricontattare le istituzioni presenti alla tavola rotonda per rendere operative le disponibilità raccolte.
Il nostro impegno in questa settimana è si è sviluppato nel segno di una scienza che si ispira all'esempio di Vladimir e Visnja Hudolin, che ricordiamo con profondo affetto e gratitudine: senza il loro costante impegno non sarebbe stato possibile realizzare questo corso per lo sviluppo dei programmi alcologici nella Provincia di Milano.
Un grazie infine a tutti i corsisti, i quali hanno reso possibile il successo di questo corso, sotto il profilo dei risultati sia professionali che umani.

Durante la settimana i corsisti hanno avuto la possibilità di conoscere e discutere il metodo Hudolin che da oltre venticinque anni in Lombardia e in Italia offre una possibilità di cambiamento alle famiglie con problemi alcolcorrelati ed all'intera comunità.
Il Club Alcologico Territoriale significa apertura e fiducia verso l'altro, condivisione e solidarietà.
Ogni membro di Club migliora sé stesso cambiando il proprio stile di vita attraverso la protezione e promozione della salute propria, della famiglia e della comunità di appartenenza.
Il servitore-insegnante condivide il percorso del Club ponendosi in una posizione paritaria e di reciprocità.
Il clima di profonda empatia che si è creato ha portato a concludere che è necessario aggiungere, all'emozione di condividere, la scelta di volersi assumere degli impegni.

I contenuti trasmessi nelle lezioni, nelle tavole rotonde, nelle comunità, nei gruppi con il conduttore ed autogestiti, hanno stimolato le seguenti conclusioni:
1) la forza del Club è la comunicazione intesa come opportunità di parlare,

certezza di essere ascoltati, trasmissione e condivisione di esperienze personali, assenza di giudizio e cambiamento individuale e collettivo;
2) la visita ai Club ha permesso ai corsisti di vivere forti emozioni e di prendere consapevolezza di una realtà a loro poco conosciuta;
3) la differenza di età, storie, professioni ed esperienze ha permesso, nonostante le inevitabili difficoltà, scambi, condivisioni e stimoli di crescita;
4) la visita dei corsisti ai Club rappresenta una proficua occasione di incontro e scambio che favorisce l'apertura del Club stesso alla comunità di appartenenza e un processo di accettazione reciproca;
5) la sofferenza può diventare una opportunità per iniziare un processo di cambiamento al fine di una scoperta di valori nuovi e riscoperta di valori trascurati;
6) così come l'OMS sostiene e documenta da diversi anni, i corsisti condividono che il consumo di bevande alcoliche è un comportamento a rischio;
7) abbiamo fatto nostro il pensiero di prenderci cura di noi stessi per incominciare a diventare protagonisti di benessere nella nostra comunità.

Alcuni obiettivi che il Corso propone:
1) apertura di 6 nuovi Club a Milano e nelle zone limitrofe sia a Nord che a Sud per offrire un numero minimo di nuove "porte aperte" alle famiglie con problemi alcolcorrelati;
2) organizzazione di un Interclub a Milano entro fine anno;
3) i servitori-insegnanti dell'ACAT Hudolin di Milano si impegnano a organizzare e frequentare con regolarità la riunione di auto supervisione mensile, con la rotazione della sede date le grandi distanze. Si incoraggiano tutti i corsisti a frequentare le riunioni mensili dei servitori-insegnanti del proprio territorio;
4) costruire una concreta collaborazione tra Club , NOA e SERT attraverso un tavolo di lavoro periodico con il Dipartimento Dipendenze dell' ASL di Milano;
5) contattare i punti significativi della rete, a partire dalla rete personale di ogni corsista (GAS-Gruppi di acquisto solidale, Strutture socio sanitarie, parrocchie etc), proponendo incontri finalizzati al sostegno ed alla diffusione dei programmi alcologici territoriali. Chiedere spazi di presenza alle feste di quartiere di Milano e Provincia nel modo più sistematico possibile, con la proposta di uno spazio analcolico di intrattenimento e di informazione;
6) a tale proposito si propone di organizzare una Scuola Alcologica rivolta alla comunità locale (SAT di III modulo) entro quest'anno, oltre ad un in-

contro di sensibilizzazione con la Comunità Romena di Milano, per la quale sono stati già presi contatti. Organizzazione di una Scuola Alcologica per le nuove famiglie dei Club (SAT di I modulo), nel settembre 2014 a Colturano, nell'ottobre 2014 a Milano;
7) incrementare il rapporto con l'Università Cattolica, attraverso l'organizzazione di incontri periodici con gli studenti;
8) avanzare la proposta per un aggiornamento per i Servitori-Insegnanti, da organizzare a Milano nel primo trimestre 2015 nell'ambito della programmazione dell'Educazione Ecologica Continua dell'ARCAT Lombardia.

È indetta una riunione di tutti i corsisti per mercoledì 25 giugno alle ore 21 presso l'Istituto S. Gaetano, via Mac Mahon 92, Milano.

Le presenti conclusioni saranno inviate all'AICAT, all'ARCAT Lombardia, agli organi di stampa locali, al Comune di Milano, al Dipartimento delle Dipendenze e al NOA dell'ASL di Milano, alla rivista "Camminando Insieme" e al sito www.aicat.net.

FESTA DELLE FAMIGLIE

RISERVATEZZA, VERGOGNA E… GIOIA DELLA TESTIMONIANZA NEL PERCORSO DI CRESCITA DEI CLUB

Casorate Primo (PV), 25 Maggio 2014

CHE COSA È LA VERGOGNA

- Sentimento di turbamento e di disagio profondo e penoso suscitato dalla coscienza per un'azione, un comportamento, che possano essere oggetto di un giudizio sfavorevole.
- La sofferenza coinvolge tutta la persona e si ha la percezione di essere inferiori alle aspettative degli altri; si è consapevoli cioè di essere osservati in modo profondamente diverso da come si vorrebbe.
- da una parte è una emozione negativa che coinvolge l'intero individuo rispetto alla propria inadeguatezza, dall'altra è il rendersi conto di aver fatto qualcosa per cui possiamo essere considerati dagli altri in maniera totalmente opposta rispetto a quello che avremmo desiderato.

È UN SEGNALE IMPORTANTE

- «La vergogna segna nell'uomo il confine intimo tra il bene e il male. Lì dove egli arrossisce, inizia il suo essere più nobile» (C.F. Hebbel).
- La sana vergogna ci nobilita.
- L'assenza di vergogna azzera la nostra dignità e la nostra intelligenza.
-

Citazioni sulla vergogna.

- Una brava persona si vergogna anche davanti a un cane. (A. Cechov)
- Uno è tanto più rispettabile quante più sono le cose di cui si vergogna. (George Bernard Shaw)
- Vergognarsi è essere saggi. Non si può essere saggi senza avere nulla di cui vergognarsi. (Andrea Rossi)

Anche Papa Francesco parla della vergogna e dice che *«La vergogna è buona, è salutare vergognarsi»*. E stigmatizza le persone che sono senza vergogna, *«sin verguenza»* le chiama usando l'espressione che si usa nella sua amata Argentina. *«La vergogna ci fa bene* - spiega - *perché ci rende più umili"*.

Osserva poi Papa Francesco: «*Anche dal punto di vista umano, per sfogarsi, è bene parlare con il fratello e dire le cose che ci pesano tanto nel cuore, sfogarsi, senza avere paura… Si esce dal confessionale più libero, grande, bello, perdonato, bianco, felice: questo è il bello della confessione!*».

SUPERARE LA VERGOGNA: COSA SI FA NEL CLUB

Imparare a chiedere aiuto

(Affogò perché si vergognava a gridare aiuto dice Marcello Marchesi)

La vergogna viene affrontata subito; il servitore-insegnante nel colloquio preliminare ha il compito di accogliere e incoraggiare la nuova famiglia insieme ad insegnare a rispettare le regole del Club (essere puntuali, non interrompere chi parla, riservatezza su quello che viene detto nel club)

- L'approdo al club: i soci del club accolgono con calore la nuova famiglia. Dimostrano una capacità all'ascolto attivo che è molto importante. Ascolto attento ed empatico di ogni espressione verbale e non verbale. È la relazionalità empatica che le persone del Club sviluppano nel tempo.
- Ogni partecipante "si mette nei panni" del nuovo arrivato, rivivendo la propria entrata nel club (vergogna compresa). La nuova famiglia la prima volta avrà uno spazio di tempo superiore per presentarsi e farsi conoscere ma poi sarà uguale a tutte le altre famiglie e non ci saranno differenze.

- Muovere i primi difficilissimi passi dell'astinenza.
- L'astinenza con il tempo diventerà sobrietà, ossia un altro modo di vivere.
- Collaborare con le altre famiglie.
- Accogliere e rispettare le differenze: non giudicare ma imparare a creare empatia.
- Restare nel club, anche quando è difficile il superamento della vergogna da ricaduta.
- *"La ricaduta provoca una crisi profonda nell'alcolista, nella sua famiglia, nell'opera-*

tore, nel club. La crisi non deve però avere sempre e soltanto una connotazione negativa. Molte volte la crisi determina nel tempo una crescita e una maturazione. Se la ricaduta viene subito riconosciuta e affrontata non causa necessariamente un problema serio e duraturo" (Vladimir Hudolin, La *sofferenza multidimensionale della famiglia).*

SOBRIETÀ

- *"…Il lavoro dei Club richiede alle famiglie una crescita e una maturazione, una possibilità di riguadagnare la gioia di vivere, una riappropriazione del proprio futuro perso nel problema alcolcorrelato, elevarsi ad un livello superiore nella propria esistenza, un superamento, una trascendenza di se stessi…"* Vladimir Hudolin *(Ecologia Sociale, spiritualità antropologica e problemi multidimensionali), Atti Congresso Assisi, 1995*.
- L'obbiettivo del Club quindi non è la sola astinenza dall'alcol ma soprattutto migliorare la qualità della vita della famiglia.

ASCOLTO

E questo si ottiene con un ascolto attento e attivo, un ascolto empatico calandosi nei panni dell'altro.

ACCETTARE LE DIVERSITÀ

Tutti noi siamo diversi l'uno dall'altro e anche le famiglie sono diverse. Le diversità vanno accettate e servono a tutti ma ancora di più servono a chi è davvero diverso (per religione, paese di provenienza, scelte sessuali, ecc). A chi ha i problemi complessi (famiglie con figli che usano alcol e droga, o famiglie con alcol e problemi psichiatrici, o gioco d'azzardo).

Spesso succede di dover arginare la rabbia, l'aggressività e altre emozioni e sentimenti spiacevoli; anche in questi casi bisogna ascoltare e dire in modo chiaro cosa non ci è piaciuto.

Per stare meglio insieme bisogna essere sinceri e dire ciò che ci disturba ma è importante prendersi cura dell'altro e ascoltarlo anche quando esprime sentimenti negativi.

NON DARE CONSIGLI

- Non servono: si esprimono piuttosto le esperienze delle altre famiglie in situazioni analoghe. Poi la famiglia interessata sceglierà cosa è meglio per lei.

"Le persone si lasciano convincere più facilmente dalle ragioni che esse stesse hanno scoperto piuttosto che da quelle scaturite dalla mente di altri" *Blaise Pascal.*

COSA DICE LA BIBBIA

- Nel Vangelo di Luca nel Capitolo 15 Versetto 11 troviamo la parabola del figliol prodigo che tutti noi conosciamo.
- Si tratta di un esempio di come si supera la vergogna e il senso di colpa e si chiede aiuto, per trovare conforto e serenità.

FOTINI GEORGITSI - S.I. CAT Casorate Primo

"IMPEGNARSI PER NON RIMANERE QUELLO CHE SI ERA, MA ACCOGLIERE IL NATURALE CAMBIAMENTO PER NON FERMARSI E PERDERE IL SENSO DEL BEN-ESSERE INIZIALE"

Appena entrati nel club viviamo il ben-essere dell'astinenza; io la chiamo "LUNA DI MIELE" perché, per la famiglia, riuscire ad arrivare all'astinenza spesso è sembrato un sogno irraggiungibile.
Poi con il tempo iniziano difficoltà altre, soprattutto quando la persona che usava le sostanze inizia ad esigere rispetto, fiducia e a volte non l'ottiene.

Per i familiari lasciare i ruoli che volontariamente o necessariamente si erano assunti non è semplice.
Per un tempo più o meno lungo, a volte senza giustificato motivo, continuano a rimanere il "nemico" colui o colei che rimbrottava, accusava, raccomandava, non dava fiducia insomma avevano sempre qualcosa da dire.
Un grave motivo di sofferenza esistenziale è il diverso impegno o passo che i vari membri della famiglia pongono nel loro percorso di sobrietà.

Si può parlare di autentica sobrietà quando tutto il sistema famiglia è coinvolto in questo ma poiché la famiglia è composta da un certo numero di persone, ed ognuna di queste procede con il proprio passo specifico ecco che possiamo chiaramente vedere la complessità del percorso.
Accordare tutti gli strumenti, ognuno con il proprio suono specifico, affinché raggiungano un'armonia, perlomeno di intenti, è la sfida che ogni membro di club sarebbe importante raccogliesse.
Non dobbiamo confondere l'uniformità di pensiero con la capacità di dialogo autentico, un dialogo creativo, quello che permette di trasformare contemporaneamente sia chi parla che chi ascolta, andandosi incontro per trovare la giusta misura nelle scelte e decisioni che coinvolgono l'intero sistema famiglia.
Spesso ogni componente ritiene di avere in sé la formula magica.
Sentiamo sempre affermare *"io sono fatto così"* ma se ci pensiamo bene anche prima di entrare nel club eravamo *"fatti così"*, entrando nel club abbiamo saputo andare oltre all'*"io son fatto così"*, abbiamo lasciato un comportamento che era parte di noi, usare bevande alcoliche, conquistando una grande libertà, quella dalle bevande alcoliche appunto, perché non continuare anche con la libertà da altri comportamenti che portano comunque incomprensioni e sofferenze?
Altra fonte di sofferenza esistenziale è la difficoltà di accordare il proprio io ideale all'io reale.
Il percorso di sobrietà ci insegna (o dovrebbe) a diventare più riflessivi, attenti e responsabili nei nostri comportamenti, verso noi stessi e chi ci è vicino ma la nostra condizione umana a volte ci porta ad agire d'impulso tornando a vecchie abitudini dove il rispetto e l'accoglienza anche delle difficoltà, vengono dimenticati, pretendendo dagli altri quello che noi non siamo disposti a fare.
Quando ce ne rendiamo conto si soffre perché ora conosciamo l'alternativa migliore.
Parlarne e rielaborare con sincerità questa difficoltà in club ci consente di trascendere, in un percorso di riconciliazione e di pace con noi stessi, con i nostri cari e porta nel club una riflessione di grande ricchezza che alimenta la crescita e la profondità del lavoro del club.

Cambiare richiede coraggio e impegno. Molto.
Uscire da un mondo conosciuto anche se sofferto, comporta attenzione, mediazione costante ed aperta, senza vecchie preclusioni sul sentiero da intraprendere.
Aprirsi al nuovo, a ciò che è ignoto, che in quanto tale è scomodo e genera resistenze e paure, richiede la necessità di assumersi il rischio della fiducia e la capacità di una vicinanza attenta, discreta, costante.
Il ben-essere iniziale (l'astinenza) a volte è un inganno, quello che ci fa accontentare, che ci fa dire: *"ma se non bevo più, cosa cercano da me ancora"*.
Il vero ben-essere è ciò che viene dopo, la capacità di vivere in modo vero e consapevole, sincero e coerente con le scelte che i programmi alcologici ci propongono.
Un ideale etico, l'abito di ciascuno, il suo stile di vita, l'insieme delle sue tensioni ideali, rappresenta la libertà e la responsabilità di ciascuno.
L'etica, ciò che agli altri dobbiamo, deve essere condizione e vincolo per la libera scelta e deve rappresentare la consapevolezza del proprio dovere nei confronti degli altri.
Essere insieme alla propria famiglia, non solo in termini di tempo-spazio, ma con qualcosa in più, qualcosa che ognuno può scoprire in se stesso imparando anche a comunicarlo.
Vivere non sopravvivere anche le difficoltà e le sofferenze.
Fermarsi è sempre motivo di sofferenza, per noi e per chi ci è vicino, in quanto il nostro essere, il nostro cuore tendono al cambiamento; è la resistenza che noi facciamo a questo, quello che ci fa male è il timore del nuovo che ci frena. Possiamo quindi parlare di cambiamento naturale?

Direi che accettando i piccoli impegni che il club ci propone, lasciandoci andare alla fiducia senza opporre inutili resistenze fa in modo che il cambiamento piano piano, naturalmente, arrivi, facendoci scoprire nuovi orizzonti possibili per noi e per le nostre famiglie.

GRAZIELLA RIZZETTO
S.I. CAT 84 Musile di Piave (VE)

STO RIENTRANDO DA ASSISI,
in pullman si sentono parecchie risate, telefonate, chiacchiere non mancano nemmeno le barzellette... ma io in questo momento ho solo bisogno di quiete, per veder meglio dentro di me per ripensare alle tante testimonianze sentite in questi giorni, per ripensare alle tante emozioni provate, per capire meglio il senso di questo mio cammino all'interno del club.

Ho sentito raccontare storie del passato, famiglie distrutte dall'alcol ma che con tanta forza tenacia e club hanno ritrovato la voglia di vivere di ricostruire giorno dopo giorno il rapporto di coppia.
Persone che vivevano nella disperazione e che con l'unione famigliare sono riusciti a ritrovarsi a riamarsi.
Famiglie che si sono messe in gioco nel club poi nella comunità dove vivono per promuovere uno stile di vita sano senza sostanze.
Famiglie che come me credono che sia possibile cambiare la cultura del bere dello sballo e che come me sanno che per star bene per essere felici non servono sostanze ma affetti.
I tanti racconti mi portano a ripensare ai miei 19 anni di cammino nel club, la donna che ero ormai non esiste più, il passato lo ricordo anzi lo guardo con infinita dolcezza, mi serve solo per riconoscere le mie radici.
Nel presente invece mi vedo come una persona che nonostante le difficoltà cerca di portare serenità e amore nella propria famiglia.
L'obbiettivo per il mio futuro è diventare "artigiano di pace " questa definizione che ho sentito mia appena è stata pronunciata...

ENRICA FABBRI
S.I. CAT Piandisetta Grizzana Morandi (BO)

FESTA DELLE FAMIGLIE

"IL MIO CAMBIAMENTO"

Villa Carcina (BS), 9 marzo 2014

Cosa dire, in poche parole è difficile spiegare 25 anni di vita al club.
L'inizio non è stato facile come per tutti noi, il dover prendere atto che mio marito fosse un'alcolista (passatemi il termine dato che stiamo parlando di 25 anni fa) è stata la cosa più difficile perché come sapete si cerca sempre di dare tante giustificazioni a tale comportamento.
Inoltre allora in Val Trompia non si conosceva ancora l'esistenza dei club e men che meno i medici ti indirizzavano verso di loro.
Fortunatamente dopo un grave episodio di salute di Angelo, sul mio percorso ho trovato una dottoressa che mi ha dato un numero di telefono e da li è cominciata la nostra avventura.
Siamo andati a Palmanova nel Friuli senza sapere cosa ci aspettasse veramente ma con la consapevolezza e la voglia che, tutti quattro insieme, potevamo cambiare le cose. Palmanova per me è stata un'esperienza grandissima perché mi ha dato l'energia e la certezza che se si voleva si poteva cambiare.
Quando dopo 20 giorni è stato dimesso abbiamo cominciato a frequentare il club a Brescia, che non sapevamo nemmeno esistesse.
Il primo impatto fu molto duro, anche perché le riunioni si tenevano in una grande stanza all'interno di un ospedale psichiatrico.
Intanto cresceva la convinzione che bisognava fare qualcosa anche a Lumezzane e in Val Trompia, innanzi tutto informando l'ASL di questa metodologia così da poterla consigliare ad altre famiglie.

A Lumezzane è stato aperto nel 1990 il 1° club e successivamente si è formata l'ACAT con la seria volontà di dare una risposta concreta al problema alcol sul piano familiare e a livello di prevenzione del territorio collaborando con le realtà locali attraverso la consulta del sociale.

In questi 25 anni sono successe e cambiate tante cose.
A livello personale e famigliare il club ci ha insegnato a rapportarci meglio fra noi anche se non sempre è facile perché le traversie della vita sono tante e non sempre facili da superare.
Abbiamo però imparato che è solo con il dialogo e il confronto e soprattutto l'attenzione e il rispetto di chi ci sta vicino che ti aiuta a superare tanti ostacoli.
Cosa dire del mondo dei club?
Tante sono state le fasi del cambiamento: alcune positive e altre negative.
In certi verbali che leggo o riunioni cui partecipo a livello provinciale e non, ultimamente non riesco a trovarmici perché mi sembra che ci si stia dimenticando la cosa più importante di tutto: le famiglie.
Nel club il carissimo prof. HUDOLIN diceva che le medicine sono: AMORE, AMICIZIA e SOLIDARIETÀ.
Credo che in qualsiasi fase del cambiamento ci si debba sempre di ricordare questo.
Mi auguro che questi malumori si superino e comunque sono sicura che all'interno di ogni club si trovi l'entusiasmo e l'energia per un cambiamento positivo per le famiglie e la comunità stessa.
Ringrazio tutti quelli che mi sono stati vicini in questi anni.
I miei familiari che mi hanno sostenuto e non hanno mai giudicato Angelo come alcolista ma come persona.
I miei figli.
Il compianto prof. HUDOLIN che ha dato vita al mondo dei club e tutti i servitori e famiglie che ho trovato sul mio percorso.

Se permettete ho lasciato Angelo per ultimo non per importanza ma perché a lui va un ringraziamento speciale per non avermi mai deluso ed aver sempre tenuto fede alle promesse fatte a Palmanova.
Auguro a tutti un buon cammino e tanta serenità.

ANNA ZANETTI GHIDINI
CAT Lumezzane

ALCOL, IL DEMONE CHE COMANDA

È difficile far capire ad un alcune persone che gli alcolisti non sono persone malate...
Faccio fatica a fare capire che l'alcolismo non è una malattia, che dall'alcol si può uscire senza farmaci, che se ci si ammala è perché l'alcol porta il nostro corpo a deteriorarsi... il nostro corpo non è fatto per assimilare veleno.
Pur essendo io astemia, ho sentito molte volte, come per giustificarsi, che chi beve lo fa perché ha un disagio, che bevendo si sentiva più forte, più sicuro, meno solo, in un primo momento sembra che l'alcol dia la forza per affrontare, o agire di fronte alle diverse situazioni.
Le raccomandazioni di amici e parenti vengono considerate offese o invadenze fuori luogo.
Il percorso perverso dell'alcol, chiude chi ne ha la dipendenza in un circuito dal quale è molto difficile uscirne, chi beve lo fa per affrontare e stare meglio, ma la dipendenza lo costringe a bere sempre di più, così l'alcol diventa l'amico, il consigliere, lo scopo di vita, arrecando anche gravi conseguenze alla salute, per prima cosa, poi al contesto famigliare, sociale, potendo diventare anche un reale pericolo per gli altri.
Chi ha la dipendenza, sa fare due cose molto bene, bere e raccontare bugie, soprattutto a se stesso, finché poi perde la fiducia e la stima di chi gli sta vicino.
Un circolo vizioso, dal quale però se si vuole, veramente, con impegno e avendo l'umiltà di chiedere aiuto si può uscire, dall'alcol non si esce da soli.

Mi viene alla mente un esempio per far capire la differenza tra un malato che si ammala per cause naturali, e un alcolista che non è malato ma si potrebbe ammalare con conseguenze tragiche.
Un malato terminale spesso non ha chance, l'alcolista invece può decidere di smettere di bere e scegliere di vivere e non di morire.
La schiavitù dell'alcol incatena, l'alcol diventa il demone che decide il buono e il cattivo tempo della persona, tra chi è alcolista e chi non beve, ci sono la bottiglia e il bicchiere che creano la divisione e diventano indispensabili per la persona che ne è dipendente.
Nessuno dice che sia facile uscire dall'alcol, ma è possibile, bisogna convincersi e convincere il cervello che non c'è bisogno di bere alcolici, tro-

vare dentro se stessi una volontà, quasi innaturale, per far si che questo succeda, ci saranno tante tentazioni, qualcuno cadrà e ricomincerà, ma la strada è aperta, si deve smettere di bere per se stessi, per non subire l'umiliazione di perdere tutto e diventare un potenziale relitto della società.
Per questo al club si dice di guardare avanti, perché alla fine del tunnel, c'è la libertà dalla schiavitù dell'alcol, per non farsi più risucchiare l'anima dalla bottiglia.
Non esistono cure per smettere di bere, solo la volontà e la costanza, mantenendo i contatti con chi da il proprio sostegno.

ENRICA BOSELLO
CAT "La cucuma" Como

Foto di: Katia e Adelio Tobin, Tuly Sigalini, Ivana Rosa, Antonella Angelini, Anna Coppola, Franca Verdigi, Franco Milanesi, Cesare Scala, Paolo Astori, Massimiliano Micheletti, AICAT

TRENTENNALE DEI CAT IN LOMBARDIA

"PASSATO E FUTURO"

Seriate (BG), 22 Giugno 2014

LA FELICITÀ.

Oggi ho osato parlare di felicità , mi sono esposta troppo?
No, non credo.
La felicità non si può raccontare perché perde tutto il suo valore.
La felicità si vive, si comunica, coinvolge, è contagiosa in poche parole è esplosiva.
Essere felici non significa vivere in un mondo di favole, nossignore...
La felicità, per me, è il frutto di una conquista ottenuta con verità nella libertà.
Sono felice, felice di esistere, felice d'incontrarvi, felice di amare tutto, anche la cosa più insignificante, felice d'essere felice.
Sentirsi così è una bella pazzia, una grande pazzia!!!!!!!
A tutti gli amici di oggi, di ieri e di domani regalo una pillola di felicità.
Ciao.

FRANCA SCHENA
S.I. CAT Como "La lanterna"

RICORDI E SOGNI.

Nel tema scelto per questa nostra festa "**PASSATO E FUTURO"** ritrovo ricordi e sogni.
I ricordi più belli sono le serate al club con le famiglie, le storie, i pianti, le liti e i sorrisi condivisi, che 25 anni fa, mi hanno fanno credere che stiamo costruendo qualcosa di vero, di duraturo, di proponibile per noi e per la nostra comunità.
La famiglia viene al Club con i suoi bisogni, le sue aspettative, la sua fragilità. Quando però in famiglia ritorna il dialogo, cambiare stile di vita diventa più facile.
Il Club è stato definito, dal sociologo Fabio Folgheraiter, *"una palestra di relazioni umane che restituisce alla comunità cittadini attivi".*
Le famiglie che oggi ricevono l'attestato di sobrietà sono un esempio per le famiglie dei club e della comunità che i problemi alcolcorrelati e complessi si possono affrontare e vincere.

Hudolin parlava di "Animazione socio culturale della salute" che significa *"aiutare le persone a diventare protagonisti della propria vita, consapevoli delle proprie risorse personali e collettive, oltre che del proprio ruolo all'interno del gruppo e della collettività".*
A mio parere è un pensiero molto attuale perché le Famiglie e S.I. dei CAT lombardi e italiani oggi vivono in una fragilità associativa e sociale.
Credo che dobbiamo tornare indietro e ricostruire quello che credevamo già stabile: il rapporto tra di noi e con le nostre comunità.
Per fare questo il CAT deve essere visibile nella comunità e disponibile al colloquio anche con chi non condivide, non ci conosce o è scettico sull'efficacia della nostra metodologia.
Noi non siamo in competizione con le altre agenzie preposte alla promozione e alla protezione della salute dei cittadini.
Bisogna accettare e ammettere che nel mondo dei club c'è tanto ma non c'è tutto quello che serve per conoscere e affrontare la multidimensionalità della sofferenza, per questo bisogna

conoscere, costruire e imparare ad usare la rete comunitaria.
Dovremo impegnarci tutti per riuscire a progettare, a creare una comunità solidale dove le persone che vivono e soffrono di disagi anche provocati da problemi alcolcorrelati e complessi possano essere accolti con calore e amore.
E per essere in grado di far questo ci serve la formazione, la comunicazione, la socializzazione.
L'ARCAT ne sono certo, è in grado di fornirci gli strumenti indispensabili per meglio progettare e proporci nel club e nella comunità, però ciascuno di noi ci deve mettere un po' di spirito di servizio, impegno e presenza. È auspicabile un cambio generazionale, perciò giovani fatevi avanti!!!

Un grazie a mia moglie Ornella, ad Andrea Noventa, a Silvia Ferruzzi, ad Antonio Facheris, a Camillo Perico, alle famiglie e ai S.I dei CAT con i quali ho condiviso il cammino verso il 1° traguardo, i 25 anni di sobrietà.
Un ricordo e un grazie a Vladimir e Visnja Hudolin e ai tanti amici che ci hanno lasciato perché mi hanno insegnato che l'amicizia è una delle migliori medicine per affrontare i problemi che incontrerò nella mia vita.
Vi saluto con questa frase di Malcom X: ***"Il futuro appartiene a coloro che si preparano per esso oggi."***

ETTORE ABENI - S.I. CAT Curno 1

P.S. *Ho sentito di critiche mosse agli organizzatori del 30le, penso che alcune siano giuste, altre invece servono solo a nascondere i problemi associativi regionali.*
È vero che si è dato poco spazio alle testimonianze delle famiglie in occasione delle premiazioni, ma alcuni interventi sono stati segnali interessanti da approfondire.
Ma… dove erano le Famiglie e i S.I. delle ACAT di Milano, Pavia, Lecco, Cremona, Sondrio, Mantova, di Bergamo?

1200 (1994), 900 (2004), 600 (2009) e ora 250 presenze: è la fotografia della crisi del nostro sistema: è utile cercarne i perché.
Forse l'Interclub Regionale non ha più senso farlo, se i 5 e i multipli anni di sobrietà vengono premiati anche agli Interclub Provinciali.
Forse…

DA ZAGABRIA CON UNA NUOVA CONSAPEVOLEZZA SUL PRESENTE E IL FUTURO DEI CLUB

Il Congresso dei cinquanta anni di Club tenutosi di recente a Zagabria fa emergere nei programmi italiani una lucida consapevolezza circa il significativo del loro livello di crescita e maturazione rispetto ad altre realtà europee.
E alcuni brani dell'intervento di Danilo Salezze, molto apprezzato e condiviso da tutti i presenti, ne rappresentano un autorevole suggello. (N. Baselice)

"Cominciammo a parlare di spiritualità antropologica con Hudolin verso il 1992.
In tutti gli appuntamenti formativi da lui diretti Hudolin andava perfezionando i concetti di "multidimensionalità" della persona; di multifattorialtà della salute e della malattia, della gioia e della sofferenza; di "spiritualità antropologica", di "etica del lavoro", di "trascendenza del comportamento"; di "meditazione", di "interdipendenza", di "bene comune", ecc.
E una nuova terminologia: "problemi alcol-droga correlati" invece di "alcolismo" e di "tossicodipendenza"; "servitore-insegnante" al posto di terapeuta-operatore"; "sobrietà" anziché "astinenza"; ecc.
Hudolin apriva così ad un pensiero complesso: *"Non si può più parlare solo dei problemi alcolcorrelati, ma di una complessità della sofferenza nella quale un posto tutto particolare, dovrebbe avere l'approccio antropo-spirituale che vede la spiritualità antropologica come un insieme della cultura sociale umana".*
Non esistono problemi semplici: *"I problemi... sono sempre multidimensionali: combinazione dei problemi alcolcorrelati con le difficoltà psichiche, con l'uso di altre sostanze, con i comportamenti a rischio asociali e antisociali, con i disagi spirituali ed esistenziali".* (Hudolin, Assisi 1996).

"Spiritualità antropologica", intesa come caratteristica umana, al di la di ogni differenza religiosa e culturale, e anche come <la cultura umana generale esistente> (Hudolin, Assisi 1993).
Non una deriva mistica del Professore, bensì riconoscimento pieno rispetto della dignità e sacralità della persona, non sovrastruttura ideologica religiosa.

La spiritualità non era per Hudolin l'area emozionale o degli slanci irrazionali, o l'area religiosa-confessionale, ma la caratteristica originaria, tipica ed esclusiva della persona, di ogni persona.
La persona è libera, capace di autodeterminarsi; è in grado di prendersi cura di se stessa, di autopromuoversi e auto tutelarsi.
Con la propria ragione la persona è capace di indagare tutto il reale, interiore o esteriore a se, visibile ed invisibile, vicino e lontano, semplice o complesso, senza mai essere "oggetto di interesse" di qualcuno, o parte di una categoria predefinita (alcolista, tox, ecc.).
Quando la persona perde la possibilità di sentirsi "spirito" (o "anima"), cade in balia del "potere", qualunque esso possa essere.

Il prof. Hudolin ha aiutato a distinguere la spiritualità umana (cultura) dalla religiosità (apertura al "Tutto") e dai contenuti religiosi specifici (appartenenza specifica), riconoscendo quest'ultimi nel più vasto orizzonte dello spirito umano, e non realtà che sovrasta le altre dimensioni della persona.

La spiritualità non ha contenuti valoriali propri, ma catalizza quelli che sono veramente umani, universali, interculturali, ecumenici nel significato che Hudolin dava a questo termine.."

"VOGLIA di VIVERE"

Lunedì sera abbiamo parlato di cambiamento, argomento molto interessante per ognuno di noi che ha vissuto il baratro dell'alcol.
Noi lo conosciamo bene.
Ci é capitato di vedere il cielo color piombo, di sentirci apatici, trascinati negli abissi della malinconia, dei guai e delle preoccupazioni che avevano dimora stabile nel nostro cervello, mentre la serenità man mano veniva meno.
Ed ecco che arrivava lui: lui colpisce proprio in quei momenti in cui si è più deboli.
Ma chi è in realtà l'alcol? Non ha un'età precisa, non ha un sesso determinato, non è giovane né vecchio e neanche bello o brutto.
Ha però il potere di comunicare con tutti, dal momento che è sempre nascosto in ogni angolo per colpire nuove vittime.
Ha una grande forza, capace di trasformare qualsiasi evento della quotidianità in catastrofe.
Ogni tanto cerchiamo di reagire, ma lui ci segue come una sanguisuga.
Ci molla soltanto quando, con tanta forza e determinazione, riusciamo ad esaurire la sua enorme potenza.
Ed è in quel momento che iniziamo ad intraprendere la strada del cambiamento, anche se difficile e non priva di difficoltà.
E man mano che si va avanti, si riscopre la bellezza di un cielo azzurro, la tenerezza di una madre che accarezza il suo bimbo ed il vivere quotidiano con occhi diversi.
Lui però è sempre lì, dietro l'angolo; ma ora non ci deve far paura, perché ogni giorno lo sfidiamo, ripetendogli sempre che ora non lo temiamo, poiché la nostra nuova vita vale molto, ma molto di più!
Termino con un augurio di cuore a tutti, affinché possano riuscire a vincere questo mostro e a riconquistare quella serenità e quella pace interiore da tempo perse.
Un saluto a tutti.

ROSANNA
CAT Zanica

SPIRITUALITÀ ANTROPOLOGICA ED ECOLOGIA SOCIALE: LA CENTRALITÀ DEL CLUB DEGLI ALCOLISTI IN TRATTAMENTO

La Verna (AR), 30 e 31 Maggio 2014

Nel pensare al tema di questo intervento sono partita dal filo conduttore che abbiamo sviluppato con le famiglie dei Club nell'ultimo anno e che è culminato nell'Interclub dello scorso 25 Aprile: **Insieme alla ricerca della Libertà.**

La libertà dunque come concetto da sviluppare per crescere e testimoniare i valori più altri dell'umanità in quella che Hudolin definiva **Spiritualità Antropologica**.
Ma parlare di libertà significa ragionare in termini di orientamento del pensiero e dell'azione:

Libertà da

Libertà verso

Se è vero che l'ontogenesi ripercorre la filogenesi, cioè che nell'evoluzione e nella crescita dell'uomo si ripercorrono le fasi dell'evoluzione della specie, credo che ognuno di noi come persona, come insieme di persone, come famiglia, come insieme di famiglie, abbia intrapreso, nel seguire il grande insegnamento di Hudolin, questo percorso di libertà (libertà da, libertà verso).
Ognuno infatti può ritrovare in questi concetti la propria storia e il senso di essa (libertà dall'alcol, libertà da stili di vita non salubri, libertà dai condizionamenti più disparati).
Questo processo verso la libertà non si conclude mai poiché, come non esiste uno stato di felicità assoluta e permanente, così anche la libertà da ciò che ci tiene legati si snoda lungo un gradiente che va dal più al meno con possibilità di crescita o di ricaduta a seconda di come reagiamo alla cultura dominante.

Questo è un elemento fondamentale della nostra spiritualità antropologica perché è propria della nostra natura umana: cioè di essere non perfetti ma perfettibili e quindi sempre in evoluzione, sempre in viaggio verso ciò che pensiamo possa renderci più liberi.
Ma cosa c'entra tutto questo con il Coordinamento dei Club degli Alcolisti in Trattamento e la Spiritualità Antropologica?
Io credo che il Coordinamento, possa rappresentare una forma di **libertà verso** e superare la logica associativa sia **libertà da**; non tanto come contrapposizione alla logica associazionistica o perché l'uno sia buono e l'altro meno buono in assoluto, quanto perché, porsi nell'idea di un cambiamento dell'assetto che ci ha finora contraddistinti, ci consente di ragionare e di mettere in movimento nuove energie.
In tutto questo, nella tensione di questo movimento, c'è la nostra spiritualità antropologica (che non sono le istanze religiose ma ***"la cultura umana generale esistente da proteggere e promuovere in quelli che sono i valori più alti dell'umanità: "il diritto alla vita, la pace, la libertà".*** **(Hudolin)**
Questo tendere ad un gradiente maggiore di libertà attraverso altre forme di unione che non siano di tipo associativo assume velocità e percorsi diversi nel nostro Paese proprio perché i territori, le storie e le persone sono diverse.
Cosa è successo nel Lazio? O meglio in quel pezzetto di Lazio che si riconosce sotto la definizione di Club degli Alcolisti in Trattamento?

Nella nostra storia recente, nonostante le sollecitazioni che ci provenivano da più parti: *"L'associazione vi ha creato più problemi che vantaggi"* non riuscivamo a capire perché fosse necessario ragionare sui rischi di certe regole associative; sulle cariche, sui giochi di potere, che inconsapevolmente entrano in scena quando le cose assumono carattere di stereotipata quotidianità.
La realtà era sotto i nostri occhi ma non la vedevamo, non riuscivamo a comprendere perché dovessimo lasciare questo rifugio, piccolo, angusto a volte, ma pur sempre un rifugio.
E credo che forse non ci saremmo mai arrivati se non fosse accaduto quello che, secondo la teoria dei sistemi, prende il nome di evento para-normativo

(una perdita, un allontanamento, una rottura, una separazione) qualcosa che rompe l'omeostasi e che impone alle parti di un sistema di trovare un nuovo equilibrio.

A marzo in occasione di un aggiornamento dei s. i. a Firenze abbiamo parlato del concetto di crisi.
La crisi di per se stessa non è un elemento né negativo né positivo, poiché quello che conta è la nostra risposta ad essa; ogni crisi è un momento di grande opportunità perché ci impone di stare nel problema, nel non semplificarlo, nel tentare di trovare le soluzioni.
Per tornare ai punti critici e alle opportunità insite nel concetto del coordinamento: cosa abbiamo imparato dalla nostra crisi?

- A non delegare.
- Ad avere maggiore consapevolezza dell'essere al servizio delle famiglie.
- Ad assumersi la Responsabilità Condivisa.

Se ancoriamo l'esperienza vissuta alla nostra spiritualità antropologica libertà da certi stereotipi associativi significa:

- essere consapevoli che fare le cose insieme non significa solo aggregare ma sostenere l'attivazione delle famiglie (non accettando le deleghe)
- ancorare le azioni alla chiarezza della metodologia (per evitare di essere trascinati dalla velocità dei cambiamenti della cultura dominante);
- superare le logiche personalistiche che sempre rischiano di dominare la scena quando per troppo tempo ci si senti comodi e al sicuro e si rinuncia ad interrogarsi perché tutto sommato le cose hanno sempre funzionato così;

- andare verso per andare oltre: ovvero per noi rappresenta l'essere consapevoli degli errori per cercare di evitare il rischio di un nuova fase di stallo:
- mettersi in gioco puntando sull'Etica della responsabilità piuttosto che sulla logica delle cariche in una visione di costruzione condivisa;
- ultimo ma più importante elemento significa dare centralità al CLUB (in qualunque forma si voglia chiamare: coordinamento, associazione) ogni atto deve ricondurre alla centralità del Club.

Da questa riflessione vogliamo chiudere con un messaggio di positività e di pace poiché ***"Se la salute non può essere protetta e promossa se non c'è la pace"*** **(Hudolin 1996)** oggi in occasione di questo incontro i club degli Alcolisti in Trattamento della Ciociaria e i Club degli Alcolisti in Trattamento di Roma (dopo qualche anno di scarsa comunicazione e poca armonia) annunciano di aver ripreso a dialogare insieme e in pace attraverso il Coordinamento dei Club degli Alcolisti in Trattamento del Lazio.

ANTONELLA D'AMBROSI – S.I. CAT "La Casetta" Frosinone

RIFLESSIONI DI UNA STUDENTESSA

I ragazzi, la felicità, l'alcol... Un argomento lungo, intenso, importante
Oggi, sempre più spesso, i giovani cercano rifugio nell'alcol per trovare quella che chiamano felicità, ma che in realtà è una breve illusione. Qualche ora e poi la magia svanisce. E allora che cosa resta della felicità? Che gusto si prova nel dimenticare i momenti allegri passati poco prima?
Eppure i dati parlano chiaro, sempre più ragazzi per divertirsi ricorrono all'uso di alcol e l'età media di questi sta scendendo.
Perché? C'è un motivo? Moda? Voler essere più grandi di quanto in realtà si è? Gusto nello sfidare il proibito? Cosa spinge a tali azioni? Forse tutto questo, sì.
Sicuramente bere e ubriacarsi è un modo per superare i confini che la condizione umana impone, sicuramente molti bevono per sentirsi più grandi, sicuramente molti lo fanno per stare nella compagnia di amici.

E allora sorge un'altra domanda: di chi è colpa se questo fenomeno è in continua espansione?

Molti bevono perché così possono frequentare le compagnie dei "fighi", quelli che le ragazze guardano e che sono amati da tutti. Molti vedono nell'alcol un modo per uscire dalla timidezza e distruggere quella diversità che li differenzia dagli altri. Quindi, molti bevono perché la società lo impone, perché così si sentono osservati e presi in considerazione, così come un ragazzo ha bisogno.
Molti (ma anche molte) bevono perché sennò sembrano degli "sfigati" davanti al gruppo degli amici.
Ma che razza di amici sono, se non ti lasciano pensare con la tua testa?
Che razza di amici sono se ti impongono le scelte che devi prendere?
Che razza di amici sono se ti portano a rovinare la tua salute per pochi momenti di onnipotenza?
Anche l'ideale di amico sembra così svanire...
I significati sembrano sbiadirsi davanti alla luce della realtà...
E anche la felicità, allora, perde colore.
Come si fa a chiamare felicità una sbronza che ti fa perdere il controllo?
Come si possono dire felici quei ragazzi che dopo numerosi superalcolici si trovano a vomitare per le strade?
Come si possono dire allegri tutti quelli che finiscono in coma etilico giovani, troppo giovani, per aver superato il limite che il corpo poneva loro?
Come si possono dire felici tutti quelli che ogni giorno muoiono sulle strade per colpa dell'alcol?
Certo, non sto dicendo di appendere il bicchiere al muro, bensì di responsabilizzarci!
Bisogna che ognuno sia ben conscio dei pro e soprattutto dei contro che l'alcol provoca.

Bisogna che ognuno sia conscio del suo limite e non cerchi di superarlo.
Bisogna che ognuno usi la SUA testa, e non quella degli altri.
Solo così potrà trovare la libertà, e con essa anche la VERA felicità.
Perché è vero, è difficile trovare una definizione alla parola felicità, ma è anche vero che se ognuno prende in mano la propria vita e decide per sé, saprà godere dei suoi

successi e troverà persone in grado di stargli accanto per ciò che è e non per ciò che può apparire dopo qualche bicchiere.
La felicità è anche questo, poter scegliere. Poter scegliere è di per sé un grande aspetto della vita e comprende la libertà, libertà di fare scelte giuste e, naturalmente, anche la libertà di sbagliare. Si dice che sbagliando si impara, ed è vero. Sbagliare è tipico della vita. Spesso lo sbaglio porta il dolore, ma come farebbe a esistere la felicità senza il dolore? Come si farebbe ad essere felici se non ci fossero momenti di tristezza? L'importante è non arrendersi, ma lottare. L'importante è rischiare e non cercare sicurezza dietro a un bicchiere che ti dà forza per qualche ora, ma poi ti lascia ancora più triste e vuoto di prima. L'importante è avere la forza di cercare la vera felicità.
Solo allora scopriremo quanto meraviglioso è il mondo e ci chiederemo: ***"Come ho fatto a non accorgermene prima***?".

LUCREZIA
ACAT Portogruarese

"E' NECESSARIO TRASCENDERE L'APPARENTE PER POTER INCONTRARE QUALCOSA DI PIÙ PROFONDO"

Se l'anima sta bene, anche il corpo sta bene, ed una spiritualità sana non ha bisogno di alcol, gioco o di qualsiasi altra cosa che possa dare sballo, cose necessarie a chi ha il buio dentro di sé, a chi ha un malessere spirituale e non accetta la propria realtà quotidiana, mentre è nel benessere spirituale che si prova gioia di vivere e si sanno affrontare i problemi con serenità, ed è solo nel benessere spirituale che si è propensi a costruire qualcosa di buono per la società cui facciamo parte".

"Imparare ad andare oltre".

ALBERTO FORTUNATO
CAT "Il gabbiano" Salerno

QUALE FUTURO PER L'APPROCCIO ECOLOGICO-SOCIALE?

Durante il sesto corso monotematico nazionale sulla spiritualità antropologica, tenutosi a Chiusi Della Verna (AR) dal 30 al 31 maggio centrato sul tema: "Spiritualità antropologica ed ecologia sociale: la centralità del club degli alcolisti in trattamento", abbiamo riflettuto sulla complessa situazione nella quale si trova il sistema ecologico-sociale.

Con l'intento di contribuire ad un sereno e approfondito dialogo sulle condizioni di crisi in cui si trova oggi il "Metodo Hudolin" in Italia, vorremmo proporre una nostra sintetica analisi sulle cause di tale crisi e sulle possibili soluzioni.

Vogliamo sottolineare che non abbiamo nessun obiettivo polemico o spirito di rivalsa, ma che ci anima unicamente il senso di responsabilità che sentiamo nei confronti delle migliaia di famiglie che frequentano i Club e delle tante famiglie con problemi alcolcorrelati che ancora non sono entrate nei nostri programmi, così come proviamo un sentimento di gratitudine per Vladimir e Visnja Hudolin e per il sogno nel quale loro ci hanno coinvolto: contribuire a costruire la pace nei nostri cuori e nelle nostre comunità.

Vorremmo prendere spunto dal dibattito al quale stiamo assistendo circa la proposta di introdurre la denominazione "Club Hudolin" per tutti i Club italiani (Club degli Alcolisti in Trattamento e Club Alcologici Territoriali).

Tra le altre cose, ciò viene motivato anche con la necessità di ricomporre la frattura del sistema ecologico-sociale prodotta in seguito alle decisioni del congresso nazionale di Paestum dove si stabilì, con un voto a maggioranza, che avremmo avuto due sistemi alcologici: uno (la maggioranza) composto da chi aveva deciso di cambiare nome e l'altro (la minoranza) da chi aveva scelto di non farlo.

Diciamo questo perché per molti di noi era chiaro già allora che arrivare ad una decisione attraverso una votazione avrebbe prodotto una spaccatura nel nostro sistema, poiché non è proprio possibile che su questioni terminologiche e/o metodologiche si proceda mediante il voto.

Cambiare quello che ci ha lasciato in eredità Hudolin è una questione delicata che deve essere meditata con pazienza, saggezza e scienza, perché questo gigante, sulla cui spalle noi scrutiamo il futuro, ci ha lasciato un tesoro che dobbiamo far fruttare e non dilapidare con decisioni affrettate.
Siamo consci del fatto che molti di coloro che a Paestum appoggiarono la votazione a maggioranza dell'introduzione di un altro nome per i Club degli Alcolisti in Trattamento lo fecero con l'animo di chi cerca nuove soluzioni ad una situazione di crisi nella quale continua tutt'ora a trovarsi il sistema ecologico-sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi.
Infatti, sono molti anni che il numero dei Club sta diminuendo in quasi tutte le regioni italiane e la qualità del loro servizio non ci sembra essere migliorata, inoltre è in costante calo il numero dei servitori–insegnanti provenienti dal mondo professionale, così come si è indebolito il livello di cooperazione con il sistema dei servizi pubblici.
A nostro parere, con la morte di Hudolin e nel momento in cui lo sviluppo del nostro sistema si è arrestato ed è iniziato a diminuire il numero dei Club sono aumentate le componenti disgreganti, in un clima segnato da un generale calo dell'entusiasmo e da una diffusa aggressività.
Ciò ha determinato un aumento delle tensioni interne al sistema ecologico-sociale, tensioni presenti da molti anni e che erano state gestite prima dall'autorevolezza di Hudolin e poi dall'impegno di tante persone.
Ora, dopo oltre tre anni da Paestum, possiamo affermare oggettivamente che le decisioni lì prese non hanno prodotto la "scossa" auspicata, visto che il numero dei Club continua a diminuire, mentre esse hanno invece indebolito ulteriormente tutto il sistema ecologico–sociale che si è diviso in due più piccoli sottosistemi, entrambi più deboli.

A Paestum la nostra comunità ha dimostrato di non comprendere che le possibilità di una nuova crescita del numero dei Club dipendono sia dalla nostra capacità di fare convivere le differenze presenti tra di noi, valorizzandole con il dialogo e la ricerca scientifica, che dal nostro impegno a non alimentare lo scontro e la contrapposizione.
Sappiamo che tutto ciò non è semplice e scontato, ma decidere su questioni molto delicate attraverso un conteggio dei voti in un clima relazionale che da molto tempo era piuttosto deteriorato non è servito ad altro che ad irrigidire le differenze, alimentare i conflitti e a farci dividere.
Vorremmo anticipare le obiezioni di chi pensa che la "colpa" della rottura del nostro sistema (un sistema complesso e delicato, costruito con fatica nel corso di quasi 20 anni da Hudolin e da migliaia di servitori–insegnanti e famiglie dei Club) sia di chi – come noi – non ha accettato il cambio del nome fatto con una decisione "democratica", presa a maggioranza.
Il problema è che il metodo politico di presa delle decisioni non funziona nel mondo dei Club, poiché esso presuppone che esistano delle coalizioni di "maggioranza" e di "minoranza" impegnate ad ottenere un voto in più dell'avversario per far vincere le proprie ragioni.
Noi non siamo un raggruppamento di coalizioni politiche impegnate in conflitti ideologici; nessuno di noi è delegato a decidere per altri; noi non affrontiamo i problemi umani attraverso la dinamica del voto.
Se c'erano dei dubbi su tutto ciò, quanto è avvenuto a Paestum ha confermato che utilizzare queste modalità per decidere e risolvere le divergenze d'opinione non fa che peggiorare le condizioni nelle quali dovrebbero lavorare i Club.
Perché ora tutti quanti abbiamo davanti noi l'evidenza che il sistema ecologico-sociale non è stato concepito per essere un fac-simile della politica, ma rappresenta il tentativo utopico di costruire una comunità governata dai principi della solidarietà, dell'amicizia e dell'amore.

Così come avviene nel Club – che è il perno (e un modello di relazioni umane a cui tendere) del sistema ecologico-sociale ai problemi alcolcorrelati e complessi – anche nei congressi dovremmo ricordarci che le soluzioni ai problemi umani dovrebbero essere ricercate con pazienza, con ascolto, con empatia, con il rispetto per le posizioni dell'altro ossia, appunto, con solidarietà, amicizia e amore.
Il Club ci ha insegnato che più importante delle decisioni da prendere è il modo in cui si discute, la qualità dello stare assieme e solo lo "stare bene assieme" produce buone soluzioni.
Non pensiamo di essere smentiti se affermiamo che è da molto tempo che "non si sta bene assieme" nel nostro mondo.
Tutto ciò vale anche e soprattutto per le associazioni dei Club che, ricordiamo, per Hudolin erano soltanto uno strumento per servire le famiglie con problemi alcolcorrelati e complessi e che invece da troppi anni si dimostrano il vero nodo problematico del sistema ecologico-sociale.
Al di là delle intenzioni individuali dei singoli, spesso connotate da autentico spirito di servizio, nelle nostre associazioni abbiamo visto frequentemente il manifestarsi di alcuni dei fenomeni più negativi dell'odierna cultura sociale (spiritualità antropologica) contemporanea: lotta per le cariche associative; emergere di una burocrazia associativa; gestione di rilevanti somme di denaro; ricerca di notorietà.
Così come avviene per altre e più tradizionali esperienze associative, anche nel nostro mondo, a poco a poco, le associazioni sono diventate più importanti degli associati, ossia le famiglie che costituiscono i nostri Club.

A nostro parere è evidente che la rottura del sistema ecologico-sociale è stata soprattutto prodotta dalle dinamiche di lotta presenti da molto tempo nelle dimensioni associative dei Club le quali si sono dimostrate sempre più distanti dai bisogni reali delle famiglie con problemi alcolcorrelati e complessi e delle comunità locali.
Crediamo di poter dire che, nell'impianto teorico lasciatoci da Hudolin, l'associazionismo dei Club è il punto forse concettualmente più debole e problematico da applicare.
Hudolin stesso probabilmente ne era consapevole quando stabilì che il Club è una comunità multifamiliare autonoma e che le associazioni sono strutture di servizio e che non hanno alcun potere decisionale sui Club.
Ora, si parla nuovamente di introdurre un altro nome per i Club in modo tale da ricomporre l'unità del sistema ecologico-sociale, senza però accorgersi che si stanno nuovamente facendo gli stessi errori del passato.
A nostro parere, l'unità del nostro sistema non dipende soltanto dai nomi dei Club, ma riguarda piuttosto il significato che diamo ai concetti di "autonomia" e "centralità" degli stessi Club rispetto alle sfere associative, così come ci pare assolutamente essenziale il confronto sul rapporto tra il sistema della formazione, i Club e le loro associazioni.
È ormai da troppo tempo che il dibattito sulla situazione attuale dei Club italiani si appiattisce soltanto sul problema dei diversi nomi, trascurando del tutto il fatto che le questioni importanti da analizzare sono, quindi, anche altre e che senza queste riflessioni saremo destinati a riprodurre i nostri errori a scapito del diritto delle tante famiglie con problemi alcolcorrelati di poter accedere ad un Club.

Dovremmo invece tentare di dare risposta ad alcune importanti domande, tra le quali vorremmo segnalare le seguenti:

1. Chi "ha il potere di decidere" nel sistema ecologico-sociale?
2. Come si prendono le decisioni?
3. Su quali aspetti della nostra metodologia possiamo decidere dei cambiamenti?
4. Quanto valore hanno queste decisioni per i club che sono "comunità familiari autonome"?
5. In seguito a quali eventi si decide di cambiare?
6. Come è organizzata la formazione nel sistema ecologico-sociale e qual'è il suo rapporto con le associazioni?
7. Come introdurre novità nei contenuti della formazione?
8. Se le associazioni sono al servizio dei Club, ha senso dire che esse "rappresentano" i Club?
9. In sintesi, "Di chi è" il sistema ecologico sociale? Chi ha la titolarità di rappresentarlo e modificarlo?

Hudolin poco prima di lasciarci ci pregò di continuare la sua opera nei Club e nelle comunità, ricordandoci che abbiamo accettato di lavorare per la pace.
Tutti coloro che comprendono la profondità del messaggio del nostro Maestro possono capire quanto sia complesso il compito che ci aspetta ma anche quanto sia assolutamente ineludibile dare una possibilità alla pace tra di noi, all'interno del nostro sistema ecologico-sociale.
Da parte nostra siamo certi che i Club degli Alcolisti in Trattamento, ora come nel passato, sono pronti a impegnarsi per il bene delle famiglie e delle nostre comunità, anche mettendo in discussione le nostre posizioni se ciò vorrà dire aumentare il numero dei Club e migliorare il loro servizio a chi sta soffrendo.
Ciò potrà però avvenire soltanto se saremo capaci di dialogare e affrontare i veri nodi problematici che pesano oggi sul futuro dei programmi alcologici territoriali.

Questa è la nuova sfida che ci aspetta e che interroga le coscienze di ognuno di noi.

SERGIO CECCHI, PAOLO DI MAURO, GIORGIO FLOREANI, GUIDO GUIDONI, PAOLO LOFFREDO, GIOVANNI MONESI, MICHELE SFORZINA, LIDO TONIUTTI

CAT & COMUNITÀ
LA VOCE DEI NOSTRI CONCITTADINI

Credo che il metodo adottato dai Club Alcologici Territoriali (lo conosco tramite Enrica Fabbri, Servitore/Insegnante del CAT di Piandisetta, eravamo a scuola insieme) favorisca la consapevolezza di chi è interessato dal problema e da coloro che gli sono vicini.
Non solo i familiari dell'alcolista, ma i colleghi di lavoro, gli amici e la comunità in cui è inserito.
La solitudine favorisce l'alienazione ed alimenta la dipendenza all'alcol e non solo...
Credo che il valore, il senso e lo scopo di ogni comunità e di tutta la società sia l'aggregazione, la condivisione ed il sostegno reciproco.
Ognuno di noi è dipendente dall'altro.
Ognuno di noi è responsabile dell'altro, ma la solitudine uccide.
È dovere morale e concreto rendersi responsabili gli uni degli altri senza additare o criticare...
Spesso un ambiente apparentemente perfetto ed equilibrato genera solitudine ed isolamento.
Bisogna essere uniti con le proprie personalità per sostenerci reciprocamente.

ELENA MILANI
Cittadina di Piandisetta (BO)

Il Club è stato definito dal sociologo Fabio Folgheraiter, ***"una palestra di relazioni umane che restituisce alla comunità cittadini attivi"***.
Le Famiglie e i S.I. dei CAT si propongono nella comunità con uno stile di vita dove è presente la solidarietà, la salute e la pace.
Questa pagina sarà riservata ai contributi dei nostri concittadini che collaborano con il nostro mondo associativo.
Chi desidera veder pubblicato il contributo di un concittadino lo invii a:
neidintornidelcat@gmail.com