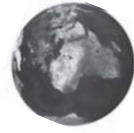


# Liberi di...

**Non perdere l'appuntamento con la conferenza annuale de L'ATC in occasione dei suoi 30 anni di attività**

**Dove ?**



**a Bellaria (RM)**

**Tema:**

**Depressione e dipendenza**

**Oratore:**

**dott. Mauro Adragna (psichiatra e pastore)**

**Quando ?**



**dal 26 al 28 marzo**

**In collaborazione con ACC** Associazione Consulenti Cristiani

**Programma dettagliato prossimamente sul sito dell'associazione.**

**Costi: 100 euro a persona pensione completa (sconti per i soci)**

**Per prenotazioni: [conferenza@teenchallenge.it](mailto:conferenza@teenchallenge.it) oppure 0141 - 595431**

Finalmente sono arrivati i primi contributi derivanti dal 5 per mille della dichiarazione dei redditi fatta all'inizio del 2006. Ringraziamo tutti coloro (oltre trcento persone) che hanno destinato quella parte delle loro imposte sul reddito alla nostra associazione! **GRAZIE mille, anzi GRAZIE 5000 = 5x1000**

Anno XVII num. II - Dicembre 2008 - Reg. Trib. di Mantova n. 2492 del 12/10/1992 - Dir. Resp. Gianfranco Giuni - Redazione: via Stazione 1 46028 Serride (MN) - Trimestrale distribuito gratuitamente - Stampato in proprio - Poste Italiane s.p.a. Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46) art. 1 comma 2, DCB - Bergamo - Tasse perçue  
**Per mancato recapito restituire all'ufficio di Bergamo CPO detentore del conto, per la restituzione al mittente che si impegna a pagare la relativa tariffa.**

**Quando i sentimenti governano le azioni**



**L'ATC compie 30 anni**



**GIORNALE DELL'ASSOCIAZIONE L'ARCA TEEN CHALLENGE ONLUS**  
Corso Alfieri, 237 - 14100 Asti. Tel. 0141 595431 - Fax: 178 2266188 - ufficio@teenchallenge.it  
c.c. Posta 11060464 IBAN IT72 M076 0111 5000 00011060464  
c.c. Banca d'Alba IBAN IT20 E085 3010 3000 00070164245  
sito web: [www.teenchallenge.it](http://www.teenchallenge.it) - sede legale: via Stazione n° 1 - 46028 Serride (MN)



## Liberi di...

**A tu per tu con...**

*Cosa è importante nella nostra vita? Man mano che gli anni passano tutti noi siamo forzati a fare dei conti, dei totali della nostra esistenza. Gli anni ci forniscono una prospettiva diversa di quello che abbiamo fatto e di ciò che è stato parte del nostro stile di vita: soldi, prestigio, spiritualità, impegno per la famiglia o per la chiesa, successo, reputazione, casa, ecc. Ne siamo soddisfatti? Qualcuno, molto cinicamente, ha descritto la crisi di mezza età, il momento in cui si cominciano a fare i conti con una parte del passato, come il momento in cui, arrivati in cima alla "scala della vita", ci accorgiamo di averla appoggiata sul muro sbagliato!*

*È tragico quando questo è vero, ma spesso succede di dirci o sentir dire: "se potessi tornare indietro farei molte cose in modo diverso... dedicherei più tempo alle cose che hanno un valore più duraturo... come la famiglia, i figli, il mio rapporto con Dio...". In alcuni momenti della vita il nostro rapporto con Dio, il tempo dedicato a stare con Lui, sembra tempo "inutile": ci sono così tante altre cose da fare per Lui! Marta la pensava allo stesso modo e richiamava Maria, che stava "perdendo tempo" con Gesù mentre c'erano tante "cose da fare"! Gesù le ricorda che a volte il nostro attivismo ci distrae dalle cose fondamentali che sono quelle che non perderemo e che rimarranno per sempre. Il nostro "fare" ci sta distraendo dal nostro "essere"? Che importanza ha, nell'ottica dell'eternità, tutto quello in cui siamo coinvolti e che sta assorbendo le nostre energie e sforzi? Siamo vivendo come piace a Dio, oppure ci facciamo prendere da altre cose, anche belle, buone e giuste, ma senza la priorità della sottomissione a Dio?*

*Paolo Pini*

**Progetto Uruguay L'ATC diventa internazionale**

### Il bisogno

L'Uruguay è una piccola nazione nel Sud America dove sono presenti molti immigrati Italiani degli anni '40 e '50. Nazione piccola, ma con grossi problemi e difficoltà spirituali e sociali. Dati ufficiali confermano che il 60% dei giovani tra i 16 e i 29 anni non lavorano o studiano e sono di conseguenza estremamente a rischio di comportamenti devianti (alcol, droga, ecc.).

Alcune chiese sono sottoposte alla pressione spirituale di "gruppi di macumba" che influenzano le famiglie allontanando i bambini dalla chiesa e dalla scuola domenicale.

La situazione economica uruguayana non è molto florida e la disoccupazione è alta. La cultura di questo paese è molto umanista, la massoneria è diffusa. La famiglia "nucleare" non esiste, si mantiene una famiglia disfunzionale con la sola presenza materna o della nonna. I genitori lavorano tutto il giorno e non riescono a vigilare sugli adolescenti; molti hanno figli nell'adolescenza, senza preparazione di vita, o elementare, quindi senza lavoro. Spesso gli uomini giovani sono oziosi e vengono mantenuti dalle mamme fino a 30 o più anni. Altro che "mammismo italiano"!

### L'idea

Alcune altre chiese e organizzazioni cristiane, venute a conoscenza del ministero svolto da L'Arca Teen Challenge da molti anni in Italia hanno invitato Gianfranco e Carmen per ricevere aiuto su un progetto molto ambizioso: contattare in Uruguay le autorità delle chiese battiste, Assemblee di Dio, pentecostali, fratelli per fare un lavoro interdenominazionale in comune sia a Montevideo, la capitale, che in altre zone del paese.

Il lavoro consiste nel tenere una serie di conferenze, seminari di formazione e incontri di prevenzione nelle chiese, seminari e incontri con responsabili di varie chiese e con i giovani e, in campo secolare, incontri con insegnanti e studenti di scuole medie e superiori, un programma televisivo e riunioni organizzative con la "JUNTA NACIONAL DE DROGAS" (ente governativo).

### Il programma

A febbraio sono programmati incontri all'interno delle chiese di varie denominazioni, interventi in campeggi e collegi cristiani in tutto il paese. In alcune di quelle date ci saranno riunioni la mattina e la sera. A marzo invece sono previsti incontri con docenti e studenti, 2 o 3 programmi televisivi e 2 riunioni con rappresentanti del governo, una con la Commissione anti-droga e l'altra direttamente con senatori e deputati del Parlamento. Le autorità pensano soprattutto alla prevenzione perché non credono che si possa uscire dalla droga senza supporto farmacologico, **ma Dio è grande e noi lo sappiamo, Alleluia!**

**Tutto ciò è stato possibile grazie anche al tuo aiuto**





# L'angolo delle dipendenze: La dipendenza dai tuoi sentimenti



*quando l'uomo non domina le emozioni ma le emozioni dominano l'uomo*

Tra tutto ciò che può creare dipendenza nella vita, spesso si trascurano le emozioni, che possono svolgere un ruolo di controllo e creare uno stato di vera e propria dipendenza. Essendo questa uno stato risultante da un costante riferimento a qualcosa per trovare un senso di benessere, emozioni forti, come l'amore, l'ira, l'odio, il risentimento, il desiderio di vendetta, l'amarezza o il dolore possono creare una paradossale situazione di benessere a causa della quale si continua a ricercarle e a volerle sperimentare non riuscendo più a farne a meno. È facile intuirne la portata quando si parla di sensazioni piacevoli e gratificanti, più difficile quando si parla di emozioni considerate "negative". In che modo queste emozioni possono svolgere una influenza così forte? La questione è complessa, ma proviamo a considerarne brevemente alcune.

### **Il rancore**

Il rancore o l'odio, per esempio, portano a sviluppare un forte legame verso l'altro perché il proprio interesse si identifica con il suo male. Man mano, tutta la vita può essere assorbita da quell'interesse tanto che quel rapporto diventa un pensiero fisso, assillante, tanto da vivere condizionati da questo: il proprio benessere emotivo dipende dal malessere dell'altro. L'eliminazione di questo stato, tramite il perdono, per esempio, ci porterebbe a non poterci più lamentare, a non poter più scaricare sull'altro il nostro malessere, a perdere quel tipo di controllo sull'altro che si esercita tramite il ricatto morale o il continuo ricordo del suo debito. Questo fornisce una posizione, illusoria, di potere e di forza che crea una sensazione di perversa soddisfazione e autorità. Lasciare questo porterebbe a dover vivere diversamente, a perdere una fonte di gratificazione e scopo di vita. Si è dipendenti dal rancore al punto di non voler, o poter, perdonare, non per un senso di giustizia, ma per la propria soddisfazione interiore. Anche un eventuale risarcimento del danno, se e quando possibile, non risolverebbe la condizione di dipendenza, perché in quella emozione viene trovato uno scopo e un senso di vita.

### **L'autocommiserazione**

L'autocommiserazione porta ad essere al centro della attenzione del gruppo sociale del quale si è parte (famiglia, chiesa, lavoro, ecc.) quando in seguito a qualcosa di traumatico che è avvenuto nel passato, ci si trova in una situazione di debolezza e di bisogno. L'aiuto, l'interesse, la comprensione e il sostegno degli altri aiuta a sopravvivere, ad andare avanti. Ci si è sentiti amati, apprezzati, coccolati, forse per la prima volta, oppure per la prima volta dopo molto tempo. Una completa guarigione emotiva non farà più essere al centro della attenzione e cura altrui, e questo porta a voler continuare a rimanere in uno stato di bisogno: si ha bisogno di avere bisogno per non perdere l'attenzione degli altri. La ricerca del proprio benessere emotivo porta ad una dipendenza dalla autocommiserazione.

### **Il lutto**

Lo stesso si potrebbe dire di un forte dolore, come quello derivante da un lutto per la perdita di una persona cara. Può sembrare che la diminuzione del senso di sofferenza sia una evidenza della diminuzione dell'amore provato per la persona che non c'è più, mentre la persistenza di un dolore acuto e forte viene identificato con la dimostrazione del proprio amore. Questo può portare a identificare il dolore con l'amore per il proprio caro, e a volerlo continuare a sperimentarlo, a volerlo sentire, rifiutando che questo diminuisca. Si trova soddisfazione e gratificazione nella sperimentazione di uno stato di sofferenza.

### **Il rimorso**

Il rimorso, il non voler accettare il perdono altrui, è un'altra subdola forma di dipendenza che si basa sulla convinzione di non poter essere perdonati e il voler continuare a sentire il dolore diventa una forma di autopunizione e di espiatione del male fatto. Il non provare più dolore e rimorso, la accettazione del perdono, è considerato qualcosa di inaccettabile, per cui si continua a ritornare sul proprio errore non riuscendo o volendo vivere senza provare quel rimorso.

### **Cosa si può fare**

Per questo motivo quella dalle emozioni è una forma di dipendenza molto subdola e pericolosa. Non esiste una cura medica o comportamentale, ma solo un approccio di cambiamento interiore, di perdono, di accettazione della realtà, di comprensione del proprio valore personale.

Un percorso che può essere facilitato da un counsellor, che ci può aiutare a comprendere meglio alcuni meccanismi psicologici e spirituali, ma che si basa su una scoperta, o riscoperta, di un giusto rapporto con Dio come sorgente di significato, sicurezza e dignità personale, che, nonostante il male ricevuto, fatto e vissuto può essere acquisita per sfuggire alla dipendenza da emozioni forti e distruttive.

## **Evoluzione e metamorfosi de l'Arca Teen Challenge dalla riabilitazione (1979) al counselling (2009)**

Le cifre tonde sono sempre una occasione per celebrazioni e ricordi. Trenta anni di ministero de L'Arca Teen Challenge in Italia sono una storia lunga e breve nello stesso tempo, soprattutto quando si incontrano con i cinquanta anni da quando Teen Challenge è cominciato a New York (1958-2008) e i quaranta da quando è cominciato in Europa (1969-2009). Tante cose sono cambiate dal lontano 1979, quando nel mese di maggio fu creata la associazione L'Arca Teen Challenge. Tutto il lavoro cominciò nel 1979 a Melazzo (AL), con un ministero di recupero dalla tossicodipendenza di ragazzi presso una casa di campagna ristrutturata allo scopo, quello che poi venne chiamato Centro Kades, per poi svilupparsi con l'apertura, nel 1981, di una struttura per ospitare ragazze, il Centro Sichem a Calamandrana (AT) e poi trasferitosi nel 1988 a Sermide (MN), si ampliò con l'apertura del Centro Hebron nel 1982 a Ghibellina (TP) poi trasferitosi nel 1990 a Comiso (RG) e con lo sviluppo di varie altre attività (prevenzione, formazione, conferenze, ecc.). Negli anni furono fatte molte cose e molte cambiarono, fino ad arrivare al distacco e poi alla chiusura del centro Hebron (1991), al distacco del Centro Kades (1992) che da allora non fece più parte del Teen Challenge, e alla chiusura del centro Sichem (fine anni '90). Un "fallimento"? Potrebbe sembrare, ma nel frattempo erano sorti altri gruppi che si occupavano della riabilitazione e del recupero, mentre erano ancora poco soddisfatti i bisogni dei quali ci stavamo già occupando, anche se in forma minore. I bisogni e la loro percezione erano cambiati e L'Arca Teen Challenge ne colse il senso e sviluppò meglio le altre attività e iniziative già in atto. Attualmente L'Arca Teen Challenge è in prima linea:

- nel settore della prevenzione delle dipendenze con incontri in scuole medie e superiori, in campi biblici giovanili,
- nella formazione al servizio di chiese e altre organizzazioni cristiane in Italia e all'estero (conferenze, corsi, seminari, ecc.),
- nel counselling cristiano e cura pastorale di persone con difficoltà di vario tipo (coniugali, personali, ecc.) tramite incontri personali, via internet, telefono ed e-mail,
- con una trasmissione radio settimanale della rubrica "liberi da...",
- con un sito web che fornisce informazioni, riferimenti e indirizzi a chi è interessato ai problemi legati alla dipendenza e al counselling,
- con altro ancora.

Tutto questo viene fatto principalmente in Italia, ma non solo. Sono molti gli impegni svolti anche all'estero, aiutando e fornendo assistenza ai vari ministeri Teen Challenge presenti in Europa. Per quanto fatto fino ad ora ringraziamo Dio che ha provveduto tutto quanto era necessario. La nostra preghiera è che possiamo essere sempre sensibili ai nuovi bisogni delle persone tra le quali viviamo per poter fornire una adeguata risposta cristiana. Ricordiamo il passato, ma vogliamo proiettarci verso il futuro!



**gruppo di un corso di formazione sul counselling cristiano**



**conferenza all'Università di Firenze con i GBU**



**conferenze**



**corso di formazione a Milano**



**corso di formazione a Nicosia**



**saletta per il counselling**



**counselling telefonico e via e-mail**



**corsi di formazione sulle dipendenze in Slovenia**



**prevenzione nelle scuole**