

Capitolo 25 -

Capitolo RESIST !
Comunicato n 16 - 14.7.03

Brevemente questo capitolo riassume le "tecniche" che utilizzo in cella per difendermi dagli attacchi uditivi.

Da notare che da 2 mesi mi impediscono di andare in biblioteca, dove la mattina potevo godere di un ambiente con un attacco uditivo minore, e dal settembre 2002 mi impediscono l'uso e l'acquisto di computer, qui autorizzato, cosa che mi permetteva (l'uso) di alleviare gli attacchi uditivi restando concentrato su ciò che facevo.

Il caldo dell'estate mi porta poi a non fare più di 1-2 ore di aria al giorno. E da gennaio aspetto invano un assistente sociale per l'Università. Il corpo medico e la direzione non prendono in conto questi fattori di disagio, e si va di rinvio in rinvio, o di divieto in divieto, come per i colloqui.

=== o === o ===

Usare acqua fredda per risvegliarsi dal torpore.

Bere sempre acqua limone e zucchero.

Scrivere su memorie le peggiori provocazioni o cazzate che costoro affermano, ad esclusione di quelle che potrebbero essere strumentalizzate da eventuali torturatori in divisa.

Documentare ciò che mi succede, per renderlo pubblico.

All'aria, cercare di chiacchierare con più persone, cambiando spesso, di modo da non focalizzare le attenzioni repressive su particolari persone.

Cercare di mantenere la corrispondenza che la censura ed alcune "disfunzioni" abbastanza regolari cercano di minare.

Tenere alto il livello di adrenalina, con gesti ostili e sputi, ~~anche~~ soprattutto in cella.

Se si viene svegliati di notte, mettersi a leggere, disegnare o scrivere. Cercare di non far caso ai rumori di disturbo, specie notturni.

Di giorno, tenere sempre più fonti audio accese (es. radio e tv, radio e stereo), preferibilmente su programmi in cui voci pacate e comunque parlate, magari femminili, possano ostacolare le "voci" delle/dei torturatori.

Farsi spesso del té, o della menta, con zucchero.

Nei giorni in cui non si fa sciopero della fame, mangiare abbondantemente facendosi da mangiare, oltre che dal carrello, delle cose particolarmente curate, per rivolgere l'attenzione all'esterno circostante più che all'interiorità.

Ricordarsi le cose da fare con bigliettini e calendario manoscritto.

Riscrivere le cose due volte per evitare errori e strafalcioni. Rileggere sempre ciò che si scrive, soprattutto buste in partenza, cioè loro indirizzi, mittente, destinatario, affrancatura, ecc., domandine, ecc.

Tenersi nota di ogni cosa: della posta in partenza ed arrivo, di quella che si aspetta e che non arriva, delle domandine, dei libri da comprare, degli arretrati, delle cose da fare.

Appuntarsi le trasmissioni radio o tv di interesse.

Tenere ordine agli appunti della documentazione di studio sulle materie inerenti la tortura, di fatto analoghe a quelle della facoltà cui ho scelto di iscrivermi dall'autunno scorso.

Mantenere con le "voci" un atteggiamento irriverente ed offensivo, o ironico con sfottò.

Avere sempre pronte delle "immagini mentali" o verbali-linguistiche cui aggrapparsi quando cercano di farti "evocare" o "ricordare" cose od argomenti su cui non vuoi essere cercato.

Tenere pulizia delle proprie cose, ordine ed essenzialità. Tenere più argomenti di studio, di modo da non stancarsi mai.

Cercare di dormire ogni volta che si è stanchi, però senza arrendersi all'idea che chi ti sta torturando ti frega per forza ogni volta che stai disteso a letto: è quello che vogliono: impedirti di dormire per farti saltare i nervi ed aggredire qualcuno (come a Biella il 24.5.2002, in cui non a caso, nonostante la freddezza esecutiva dei fatti, non sono stato denunciato: sapevano che avevo ragione?).

Non ascoltare i loro "consigli" se non vanno bene, ignorarli se sono coerenti a quanto tu credi corretto: in questo modo non riusciranno ad insinuarsi nella parte dell'"amico" o dell'"amica" o meglio del "poliziotto buono", che poi è il loro scopo dopo il periodo di attacco massiccio, con il quale sono arrivati a toccare i tuoi limiti esistenziali con attacchi di cuore o gesti di rivolta (come a Livorno 11-12.6.02).

Non farti condizionare dalle loro frasi di "complimento" o risatine compiaciute: fanno parte di una squadra di assassini di regime, lo fanno per cogliere la tua attenzione oltre ciò che stai facendo.

Assumere un'alimentazione scandita nel tempo, a piccoli passi, anche solo ad acqua e zucchero e limone, vitamine, tè e zucchero, menta e zucchero, camomilla e zucchero. Non eccedere con lo zucchero, ma non farlo mai mancare; aggiungere un po' di sale ai liquidi. Così facendo mantieni il cervello forte ed indebolisci, con l'organismo, solo le loro voci e non la tua intelligenza.

Se ti "strappano" un'idea che a loro pare ricca di spunti, non prenderti la testa con te stesso: stai resistendo, non ti ucciderai, che è ciò che loro vogliono per valorizzare poi ciò che diranno aver saputo da te; il sistema che usano è resistibile ed è corrotto fin dalle fondamenta, produce informazioni spazzatura e non dati storici credibili. Fantastica spesso di cose inesistenti, o sbaglia pure a pensare parole inesistenti come vorrebbero loro per distruggere il tuo sistema di formazione del linguaggio: l'importante è che non si tratti di nomi, che siano termini linguistici inerti, o che siano nomi che per te non significano nulla, come, per me, Milva, o un amico perfettamente innocuo già loro noto nei fatti storici.

Non considerare mai le loro stronzate come "fatto storico". Come vedrai nello scorrere dell'esperienza, sono un gruppo di distruttività psichica, un gruppo collegato a certi servizi ma non organicamente innestato ad una data indagine, sparano moltissime cazzate per farti credere di essere simpatici/che, in realtà non sanno più come uscire dalla merda in cui si sono cacciati.

Se affermano cose che avresti detto o pensato, ignorali: non stai parlando con loro, non sono fisicamente con te, anche se sono dentro la tua testa, violazione di domicilio mentale a scopo distruttivo.

Che vogliono solo distruggerti, lo dimostra il senso di disistima se non riesci a non ascoltarli, per esempio se stai prendendo o cercando di prendere sonno.

Dovrebbero toglierti questo microchip. Ma per loro sarebbe un disastro.