

L'illusione del controllo

Ti promette libertà. Ti lascia in catene



Le dipendenze non arrivano all'improvviso, non bussano alla porta. Entrano in punta di piedi, si infilano nella quotidianità travestite da sollievo, da distrazione, da qualcosa che ci fa sentire meglio – almeno per un po'. All'inizio sembrano innocue, quasi amichevoli: un'abitudine, un passatempo, qualcosa che ci "serve" per staccare. Ma col tempo si fanno spazio, si allargano, ci stringono. E quando ce ne accorgiamo, è come se avessimo perso la nostra libertà.

Il pensiero comune associa la parola **"dipendenza"** a droghe o alcol. Ma la verità è che esistono molte altre forme, più sottili, più silenziose, ma non per questo meno potenti. C'è chi non riesce a smettere di giocare, chi passa ore scrollando uno schermo senza nemmeno accorgersene, chi cerca nel cibo o in una relazione tossica qualcosa che riempia un vuoto più profondo. Cambia la forma, ma il nucleo resta lo stesso: quando qualcosa prende il controllo su di noi, e non il contrario.

Spesso ci raccontiamo che potremmo smettere in qualsiasi momento. È una bugia dolce, protettiva. Ma dentro, in fondo, lo sappiamo che non è così semplice. Il nostro cervello si abitua, si aggancia a quei piccoli momenti di sollievo come fossero salvezza. E ogni volta che proviamo a liberarci, ci sembra di dover rinunciare a una parte di noi.

Le radici delle dipendenze affondano in terreni diversi: la genetica, la solitudine, la paura, l'ansia che ci

divora piano. A volte nascono da un dolore che non abbiamo saputo affrontare, da una ferita che abbiamo cercato di coprire anziché curare. Crescere in un ambiente dove certe abitudini sono la norma non aiuta: quando vedi qualcosa ogni giorno, finisci per pensare che sia normale.

Spezzare il legame non è facile, ma è possibile. Il primo passo è guardarsi dentro con sincerità e riconoscere che qualcosa non va. È un gesto coraggioso, non un segno di debolezza. Chiedere aiuto, accettare di non farcela da soli, è l'inizio del ritorno a se stessi. Un percorso fatto di ricadute, di ostacoli, ma anche di risalite, di scoperte nuove, di forza che non pensavamo di avere.

Le dipendenze ci legano, ci ingannano, ci convincono che senza di loro siamo vuoti. Ma non è vero. Il vero benessere non nasce dall'evitare il dolore, ma dal riconoscersi capaci di affrontarlo. La libertà – quella vera – non è l'assenza di fatica, ma la possibilità di scegliere. E ritrovare quella libertà... è il più grande atto d'amore che possiamo fare per noi stessi!

GIORGIA

Per me la parola dipendenza significa credere di poter essere felici solo con una determinata cosa o sostanza. È come entrare in un loop, e impazzire se non la si ha. Mi accorgo che un'abitudine sta diventando un problema quando noto l'aggressività che emerge nel momento in cui non posso farla. E una volta che una dipendenza si è instaurata, credo sia davvero difficile smettere: è un'abitudine da cui uscire richiede tempo e tanta forza di volontà. Chiedere

aiuto non è affatto un segno di debolezza. Anzi, non chiederlo lo è. Chiedere aiuto è un atto di coraggio.

JACOPO

Nella mia vita ho avuto a che fare con persone che avevano delle dipendenze, e ho visto quanto possano influire sulla loro quotidianità. Molte volte vorrebbero smettere, ma non ci riescono: finiscono per dipendere completamente da una sostanza, da una persona o da una situazione. In passato, ho vissuto un momento simile: da più piccolo, fumavo praticamente ogni giorno, anche più volte. Quando mi sono reso conto che stavo esagerando, ho deciso di smettere e non farlo più abitualmente. È proprio in quel momento che ho capito come si riconosce una dipendenza: quando qualcosa inizia a creare problemi a te o alle persone che ti stanno accanto. Uscire da una dipendenza non è semplice, ma molto dipende dal tipo di legame che si ha con quella cosa e dalla volontà reale di cambiare. I social, ad esempio, hanno un'influenza fortissima sulle nostre abitudini, perché ci mostrano continuamente ciò che **"dovremmo"** essere o avere, ma raramente ciò che è davvero reale. E questo ci condiziona, anche se non ce ne accorgiamo. Nel mio caso, non mi sono mai sentito obbligato o spinto a fare qualcosa solo perché lo facevano gli altri, ma so che la pressione sociale può avere un peso enorme. E credo anche che oggi, sia nella scuola che nella società in generale, non si parli abbastanza di questi temi. Se potessi cambiare qualcosa, sarebbe proprio questo: creare più spazi di ascolto, confronto e prevenzione.

LAURA

Ho vissuto questa esperienza da vicino: una persona a me molto cara, ha avuto una dipendenza da droghe piuttosto pesante. Vivere con qualcuno che ha una dipendenza non è per niente facile. Ti poni mille domande: ti chiedi da dove sia partito tutto, se avresti potuto fare qualcosa per evitarlo, se c'era un momento in cui si poteva cambiare il corso degli eventi. Penso che le dipendenze iniziano a svilupparsi nei momenti di debolezza, quando qualcosa nella propria vita non va come dovrebbe. È come se, di fronte

a un dolore, a un vuoto, a una fatica, ci si attaccasse a qualcosa che in quel momento sembra aiutare... ma poi finisce per controllarti.

RICCARDO

Penso che alcune dipendenze siano più accettate socialmente di altre, come ad esempio il fumo e, in parte, anche l'alcol. Sono comportamenti che, pur essendo dannosi, vengono spesso normalizzati o addirittura tollerati, come se facessero parte della quotidianità. Personalmente, per fortuna, non sono mai stato dipendente da qualcosa, ma credo che un segnale per capire quando un'abitudine inizia a diventare una dipendenza sia proprio il momento in cui non riesci più a farne a meno, quando senti quel bisogno continuo e incontrollabile. Credo che, per una persona che si trova in difficoltà, sia fondamentale poter contare sull'aiuto di uno psicoterapeuta o, se necessario, su un intervento professionale più strutturato.

SERENA

Ho conosciuto diverse persone affette da dipendenze. Tutte, in un modo o nell'altro, si sono sgretolate o si stanno ancora sgretolando. Una mia amica, ad esempio, è diventata apatica, sembra odiare tutti e pensa solo alle pillole. Altri non riescono più a reggere il confronto con la vita reale, come se quel legame con la sostanza o con la dipendenza li avesse separati per sempre da tutto il resto. Quando il corpo e la mente iniziano ad aver bisogno di una certa sensazione, è davvero difficile liberarsene. I social media, poi, amplificano tutto questo: spesso incoraggiano comportamenti dannosi, mostrano contenuti che spingono all'uso di sostanze mettendo in evidenza ciò che manca nella nostra vita. Tutto questo fa nascere nei ragazzi un bisogno continuo di **"qualcosa in più"**. Penso che scuola e società non affrontino abbastanza questi argomenti, o comunque non nel modo giusto e ai ragazzi non interessa sentirsi dire semplicemente **"non farlo"** o **"non fa bene"**, sarebbe molto più utile portarli a vedere con i propri occhi cosa significa vivere una dipendenza, magari visitando un centro di recupero. La realtà vissuta ha un impatto molto più forte delle parole.



Angolo dello Psicologo

Riflessioni e considerazioni psicologiche

Psicologo Clinico
Federico Meregalli

Con il termine **"dipendenza"** si intende una varietà di situazioni differenti: accanto alle più note dipendenze da sostanze psicoattive, come alcol, droghe o farmaci, si stanno sempre più riconoscendo altre forme di dipendenza che non coinvolgono sostanze, definite dipendenze comportamentali. Queste riguardano comportamenti e attività socialmente accettabili, ma svolti in modo incontrollato, come la dipendenza da lavoro, quella sessuale o affettiva, il gioco d'azzardo, l'uso eccessivo di Internet, lo shopping compulsivo, l'ortoressia (un'ossessiva attenzione alle regole alimentari e alle scelte dei cibi) e persino la dipendenza dall'esercizio fisico.

Durante l'intero arco dell'adolescenza il giovane è alla ricerca della definizione della propria identità e le dipendenze possono offrire, in tal senso, un'identità chiara e ben definita, come ad esempio: **"sono un alcolista"** o **"sono un'anoressica"**. L'identificazione con questa condizione è così profonda che non è raro sentire giovani affermare queste etichette di sé stessi, prima ancora di usare il loro nome, come **"Sono Andrea"** o **"Sono Claudia"**. Di fronte ai cambiamenti destabilizzanti tipici dell'adolescenza, e nel tortuoso cammino legato al superamento dei compiti evolutivi, i giovani tendono inoltre a cercare conforto in oggetti che possano alleviare il disagio, come le sostanze psicoattive, le dipendenze emotive, i disturbi alimentari, le relazioni ossessive, il gioco compulsivo o la seduzione di una vita virtuale sui social network.

Tendenzialmente le dipendenze sono spesso additate come uno dei mali della società contemporanea ma, qualora volessimo soffermarci in un'analisi più approfondita di tali fenomeni, è doveroso contemplare un duplice punto di vista:

se la società da un lato li giudica come un

problema, per il soggetto che sperimenta una relazione con un "oggetto-dipendenza" spesso quest'ultimo si configura come una soluzione ad una problematica complessa di stampo evolutivo.

E' dunque fondamentale non dimenticare il significato sotteso alla **"sintomatologia"** che, seppur racchiusa in una cornice psicopatologica, rappresenta un disperato tentativo di far fronte al profondo dolore psichico legato ai processi separativi tipici dell'adolescenza. Indagare l'origine dei fenomeni relativi alle dipendenze è spesso un compito arduo se non impossibile, la letteratura tuttavia ha cercato di fornire delle spiegazioni a questo complesso fenomeno ed alle sue declinazioni. Per cercare di approfondire quanto scritto poc'anzi è necessario approfondire il compito evolutivo principale dell'adolescenza, ovvero il processo di **"separazione-individuazione"**:

Il compito evolutivo di separazione-individuazione in adolescenza rappresenta uno degli aspetti fondamentali dello sviluppo psicologico del giovane. Si tratta di un processo psicologico che implica la graduale separazione dal mondo familiare e l'individuazione di sé come persona autonoma, distinta dai genitori e dalla famiglia, pur mantenendo relazioni affettive.

Esso è declinabile in due fasi:

Separazione: Durante l'adolescenza, il giovane inizia a distaccarsi dalle figure genitoriali e a sviluppare una propria identità. Questo processo non è una rottura totale, ma implica un distacco emotivo e psicologico che può manifestarsi come un desiderio di indipendenza o, a volte, come conflitti

con i genitori.

Individuazione: Questo processo riguarda la definizione del sé come individuo unico, con propri pensieri, valori, interessi e orientamenti. L'adolescente esplora differenti ruoli e identità, cercando di capire chi è e quale posto occupa nel mondo. La costruzione dell'identità è un compito centrale dell'adolescenza e avviene attraverso il confronto con il gruppo dei pari, l'esplorazione di valori, ideologie e stili di vita, e l'emergere di preferenze personali.

Se durante il processo di separazione qualcosa non funziona correttamente, è possibile che il giovane adolescente vada alla ricerca di **"oggetti alternativi"** per affrontare questa fase di crescita. Questi oggetti, definiti pocanzi come **"oggetti-dipendenza"** (come droghe, alcol, cibo, social network, gioco d'azzardo, ecc.), illudono il soggetto al soddisfacimento del bisogno di sviluppo e di separazione, ma in realtà non sono in grado di agire come veri e propri oggetti transizionali sani e costruttivi. Il concetto di **"oggetto transizionale"** è stato introdotto da Donald Winnicott, psicoanalista e pediatra inglese, per descrivere quegli oggetti che aiutano il bambino a gestire la separazione dalla madre, affrontando l'angoscia derivante da tale separazione e sviluppando un legame affettivo verso qualcosa che consiste nel non-me. Questi oggetti, come un giocattolo (orsacchiotto) o un accessorio abituale (coperta), diventano di grande importanza per il bambino, specialmente in momenti di rassicurazione, come nella fase di addormentamento. Tuttavia, i cosiddetti **"oggetti-dipendenza"**, non sono realmente in grado di assolvere a tale funzione di promuovere lo sviluppo sano e non aiutano a elaborare i conflitti psicologici più profondi. A lungo termine, queste dipendenze diventano strategie destinate al fallimento, poiché offrono solo un sollievo momentaneo a un problema che rimane sostanzialmente irrisolto.

Sorge a questo punto una domanda: come fare?

Per provare a rispondere a questo difficile quesito introduco una concettualizzazione formulata da Christopher Bollas, ovvero il cosiddetto **"Oggetto Trasformativo"**: Secondo Bollas, l'oggetto trasformativo è una figura, interna o esterna, che gioca un ruolo fondamentale nel facilitare il processo di crescita e trasformazione psicologica del soggetto. All'interno del contesto psicoanalitico, l'oggetto trasformativo non è semplicemente un oggetto fisico o una persona, ma piuttosto una funzione psichica che consente al soggetto di affrontare e

integrare le proprie esperienze, i propri desideri e le proprie emozioni, portandolo verso una maggiore maturità e dunque favorendo i processi separativi.

Una possibile traduzione pratica di tale concettualizzazione trova luogo nell'incontro con una persona con cui poter costituire una relazione sana, sia essa di natura affettiva o terapeutica, un'esperienza di cura e accudimento positivo o anche attraverso l'espressione artistica.

Nel contesto delle dipendenze, l'oggetto trasformativo può essere pertanto visto come una risorsa capace di spostare l'individuo da una dipendenza da oggetti esterni (come sostanze, comportamenti autolesionisti o relazioni disfunzionali) a una dipendenza sana da oggetti che favoriscono la crescita psicologica e la maturazione. Il terapeuta, l'amico, il fidanzato, o l'espressione artistica, ad esempio, diventano oggetti capaci di offrire un'alternativa alla gratificazione immediata e superficiale delle sostanze, stimolando il paziente a esplorare nuovi modi di affrontare la sofferenza emotiva.



è difficile liberarsene

In Agenda

APRILE /
Nel mese di aprile apriremo il nostro account Instagram **"New_s_Generation"**, che tratterà temi della nostra generazione: il benessere emotivo, la salute mentale, il senso di appartenenza e di inclusione, le relazioni e l'ansia per il futuro. Parleremo delle nostre emozioni e fragilità, trovando il giusto equilibrio tra quello che accade e come lo viviamo. #NewSGeneration #GenZ

ANNO 2025 /
Il Centro Diurno ha organizzato un percorso dedicato ai ragazzi che quest'anno compiranno i diciotto anni. **PROGETTO "ANDANDO VERSO I 18"**
L'obiettivo di tale percorso è di supportarli nel passaggio all'età adulta, indagando le paure relative al futuro con lo scopo di raggiungere una maggior consapevolezza personale e per offrire l'opportunità di conoscere realtà territoriali di supporto per i maggiorenni. Il progetto sarà condotto dagli operatori del Centro e prevederà degli incontri che avverranno ogni due settimane dopo l'orario di chiusura, dalle ore 18-19, e verranno svolti in luoghi esterni al Centro.



Intervista

Enrico Comi Autore del BestSeller e co-autore dell'omonimo spettacolo teatrale "STUPEFATTO"

Intervista
Alice, Marta, Benedetta,
Chiara, Jacopo, Nicolò

Puoi raccontarci qualcosa di te, chi sei e qual'è stato il tuo percorso di vita?

<< Io ero un ragazzo normalissimo fino ai 13 anni: facevo sport, andavo discretamente a scuola, frequentavo l'oratorio, facevo il chierichetto. Nessuno avrebbe mai immaginato che un giorno sarei diventato tossicodipendente. Poco prima dei 14 anni ho fumato la mia prima canna.

All'inizio ero convinto che non l'avrei mai fatto, ma un amico continuava a dirmi che non faceva male, che era naturale, che si smette quando si vuole. Vederlo divertirsi mi ha incuriosito, così l'ho provata anch'io. Pensavo di fare qualcosa di innocuo, senza rendermi conto che stavo commettendo un errore.

Nei primi sei mesi ho fumato poco, ma poi ho iniziato a farlo tutti i giorni, anche per motivi personali: una delusione affettiva, insicurezze,

ti rendi conto che stai perdendo te stesso

fragilità. A 16 anni le vendevo e fumavo dalla mattina alla sera. Ero convinto che mi sarei limitato alle canne, perché pensavo che le droghe "serie" fossero un'altra cosa. Solo l'idea della siringa mi faceva star male. Ma con il tempo ho iniziato a frequentare persone che facevano uso di altre sostanze, e anche in quel caso mi dicevano che non era poi così grave. Ho capito tardi che ognuno tende a giustificare la droga che usa: chi fuma le canne dice che fanno meno male delle altre; chi usa cocaina pensa che sia normale; chi arriva all'eroina si convince che finché la fuma o la sniffa non è grave. In realtà, si entra in un meccanismo che porta inevitabilmente ad abusarne.

La tolleranza del corpo aumenta, e quello che prima bastava per "sentire qualcosa", dopo non basta più.

È così che a 17 anni ho iniziato con l'eroina, prima senza siringa, poi, dopo appena tre mesi, ho cominciato a usarla per via endovenosa. A 20 anni facevo 6-7 dosi al giorno. A 21 ho avuto due coma in tre giorni: nel secondo, gli amici mi hanno abbandonato in un bosco, portandomi via anche le dosi che avevo in tasca. Lì ho visto la morte in faccia. Mi sono spaventato tantissimo e ho capito che dovevo smettere. Ho provato con tutte le forze, ma mi rendevo conto che da solo non ce la facevo. Sono stato in ospedale, ho provato ad allontanarmi da casa, ma niente sembrava funzionare. Alla fine, è stata una comunità terapeutica ad aiutarmi a uscire. Sono stato fortunato: il ho conosciuto quella che sarebbe diventata mia moglie, e dopo il percorso è nata la mia prima figlia. Ho avuto motivazioni forti per non ricadere. So che se non ci fossero state, probabilmente sarei stato uno dei tanti che entrano in comunità e poi ricadono. Perché, purtroppo, 7 su 10 tornano a usare una volta usciti. La ricaduta è altissima. Uscirne è possibile, ma è molto, molto difficile. >>

C'è stato un momento in cui ti sei reso conto che la dipendenza stava diventando un problema?

<< Il momento in cui mi sono reso conto che la dipendenza era diventata un problema è stato quando ho avuto due coma nel giro di tre giorni. Il secondo è stato davvero pesante: sono stato in coma per molte ore e, quando ho iniziato a riprendermi, ero convinto di stare morendo. Mi sono spaventato tantissimo. Ero diventato magrissimo e quella sera, guardandomi allo specchio, non mi riconoscevo. Avevo i denti rotti e un aspetto irrecognoscibile. Le droghe, essendo degli antidolorifici, ti anestetizzano e ti impediscono di sentire il male che stai facendo al tuo corpo.

Quella sera ho avuto una vera presa di coscienza. Ti rendi conto che stai perdendo te stesso, anche visivamente: l'immagine

che vedi allo specchio non sei più tu.

Ho parlato di recente con mio figlio, raccontandogli che dopo tanti anni sono tornato in un paese dove c'era una discoteca che frequentavo: ero convinto che fosse sulla sinistra della strada, ma in realtà era sulla destra. Persino la memoria spaziale viene alterata. A livello emotivo, durante il periodo della dipendenza, non provi quasi nulla.

È un meccanismo mentale di autodifesa: come quando hai un trauma o un incidente e il cervello ti disconnette dal dolore. Ma così ti disconnette anche da te stesso e dal mondo. Ti costruisci un mondo finto, fatto di fantasia, e lì ti rifugi. Le droghe leggere come le canne ti lasciano ancora un piede nella realtà, ma droghe come l'LSD ti portano completamente fuori, in un'altra dimensione. Ti convinci di essere un grande artista, un genio, ma è solo nella tua testa.

Quando ho cercato di smettere, ho affrontato le crisi d'astinenza, soprattutto quelle mentali, che sono le più difficili da superare. Il fisico dopo un po' si stabilizza, ma la voglia mentale rimane. Gli alcolisti anonimi lo dicono chiaramente: il desiderio non sparisce, bisogna imparare a convivere. È come la ludopatia: anche senza una sostanza fisica, la dipendenza è nella mente. Con le droghe è doppia: mentale e fisica. Ma la parte mentale è il vero ostacolo. Mi hanno parlato di una comunità, e anche se nessuno mi ha "portato via", ho accettato subito. Era passato un anno dai due coma e stavo cercando in tutti i modi di smettere, senza riuscirci. La comunità è stata la mia salvezza. Lì ho trovato amore, non solo regole. Ho conosciuto quella che poi è diventata mia moglie, sono diventato padre. Quelle relazioni mi hanno dato una forza immensa. Non tutte le comunità sono uguali: alcune sono molto rigide, altre più accoglienti. In quella in cui sono stato io non si faceva uso di psicofarmaci, e credo che questo sia stato un bene per me, perché rischiavo di diventare dipendente da quelli. Ma ogni caso è diverso: c'è chi ne ha bisogno davvero, soprattutto dopo anni di dipendenza o in situazioni gravi.

Quali sono stati gli effetti più significativi della dipendenza sulla tua vita quotidiana nelle relazioni, nel lavoro, e nella tua salute?

<< Gli effetti della dipendenza sulla mia vita sono stati profondi, soprattutto a livello di salute. L'eroina mi ha distrutto il fegato. Ho lottato per anni contro il

... continua →

virus dell'epatite C, e otto anni fa mi avevano dato un anno di vita. Anche se avevo smesso con le droghe, il mio fegato continuava a peggiorare. Fortunatamente sono usciti nuovi farmaci che hanno funzionato su di me, e successivamente ho avuto due interventi chirurgici. Oggi mi funziona circa il 50% del fegato, e i medici mi dicono che, se va avanti così, potrei arrivare a 100 anni. Mi considero fortunato: nonostante tutto quello che ho vissuto, sono ancora qui, e ho davanti a me una vita che voglio vivere pienamente. >>

Se qualcuno che sta vivendo una situazione simile leggesse questa intervista, cosa vorresti dirgli direttamente?

<< Se ci fosse qualcuno che sta vivendo una situazione simile alla mia,

la prima cosa che vorrei dirgli è che non deve mai pensare di poter gestire tutto da solo. Serve aiuto. Ci sono tante persone disposte ad aiutare, ma il primo passo è proprio accettare di essere aiutati. Finché non lo fai, nessun metodo potrà funzionare davvero.

E poi, smettiamola di prenderci in giro. Di dirci che possiamo controllare la situazione, che non è così grave. La verità, in fondo, la conosciamo sempre. Anche quando la neghiamo, dentro di noi sappiamo come stanno davvero le cose.

Magari raccontiamo bugie agli altri, ma almeno con noi stessi dobbiamo imparare a essere onesti. Ricordo bene i momenti in cui facevo cose che mi facevano vergognare: rubavo, spacciavo, prendevo decisioni che sapevo essere sbagliate. Eppure ogni tanto, prima di dormire, mi venivano i sensi di colpa. Mi ritrovavo a piangere, a chiedermi "che cavolo stai facendo?".

Un barlume di coscienza ce l'abbiamo sempre. Anche quando tutto sembra perduto, c'è una voce dentro che ci parla. Bisogna aggrapparsi a quella voce, a quel piccolo segnale, e iniziare con un primo passo.

Poi da lì si passa al secondo, e al terzo. Non è un percorso che si fa in due

giorni, ci vuole tempo. Ma se ce l'ho fatta io, può farcela chiunque. >>

Come vedi il tuo futuro adesso? Quali sono i tuoi obiettivi o sogni?

<< Dopo la comunità ho iniziato a lavorare in una ditta, un lavoro "normale". Ma poi è successo qualcosa: ho cominciato a partecipare a incontri nelle scuole, a raccontare la mia esperienza. Parliamo di più di trent'anni fa — oggi sono un po' più vecchietto, sono anche nonno! Col tempo mi sono reso conto che tantissimi ragazzi non sanno nulla sulle droghe. Molti fumano le canne e dicono: "Smetto quando voglio". Ma poi, quando gli chiedi quanti conoscono che sono davvero riusciti a smettere, non sanno rispondere. Ti dicono che sono naturali, che non fanno male. Ma anche l'LSD e l'oppio sono naturali, eppure... non è che per questo non facciamo danni. È quando inizi a farli ragionare su queste cose che si accende una luce. Così ho capito che potevo davvero fare qualcosa per loro, e ho iniziato a tenere sempre più incontri. Intanto lavoravo, anche di domenica, avevo i figli piccoli e servivano soldi. Poi ho iniziato a fare l'agente immobiliare, perché il lavoro di prima non mi garantiva uno stipendio fisso e se andavo a parlare nelle scuole non mi pagavano le giornate. Con il tempo, però, la prevenzione è diventata una missione. Scrivevo, tenevo incontri, ho pubblicato il mio primo libro, **STUPEFATTO**. Poi sono arrivati altri due libri, e ho fondato un'associazione. Le scuole hanno iniziato a invitarmi regolarmente e ho iniziato a dire: "Datemi un contributo, almeno per coprire le spese". E poco alla volta ho capito che, anche se con fatica, potevo vivere facendo prevenzione, senza più dovermi appoggiare a un altro lavoro. Oggi sono felice. Mi diverto davvero quando vado nelle scuole, mi definiscono "matto" in senso buono, e io mi sento una persona serena. La verità è che nella vita, quando fai qualcosa che ti piace davvero, qualunque cosa sia — che tu venda scarpe, tagli capelli o scriva libri — se la fai con passione, la tua vita si colora. Non è più in bianco e nero, diventa tua, viva. E io, oggi, sto dipingendo la mia di tutti i colori che posso. >>

Se potessi tornare indietro, cosa diresti a te stesso prima di iniziare con le sostanze?

<< Se potessi tornare indietro nel tempo e parlare con me stesso e con i miei amici, con la consapevolezza che ho oggi, non avrei alcun dubbio: farei di tutto per scoraggiarli dal toccare droghe o alcol. Io per primo non toccherei nulla, zero, zero, zero. Ma se dovessi tornare indietro senza questa conoscenza, ammetto che la curiosità mi avrebbe comunque spinto a sperimentare. Ero fatto così: curioso, affascinato da tutto ciò che era oltre i limiti. Ricordo ancora quella frase che mi aveva colpito tantissimo, tratta da un libro attribuito a Jim Morrison, il mio cantante preferito, che diceva: "Voglio provare i confini della realtà, sono curioso di vedere cosa succede." Quella frase, quella mentalità, mi accompagnava. Volevo spingermi oltre, sempre un passo più in là. E forse è proprio lì che ho perso l'equilibrio. >>

La rubrica che fa parlare la new-s-generation

Parola del momento "Ammazzala"

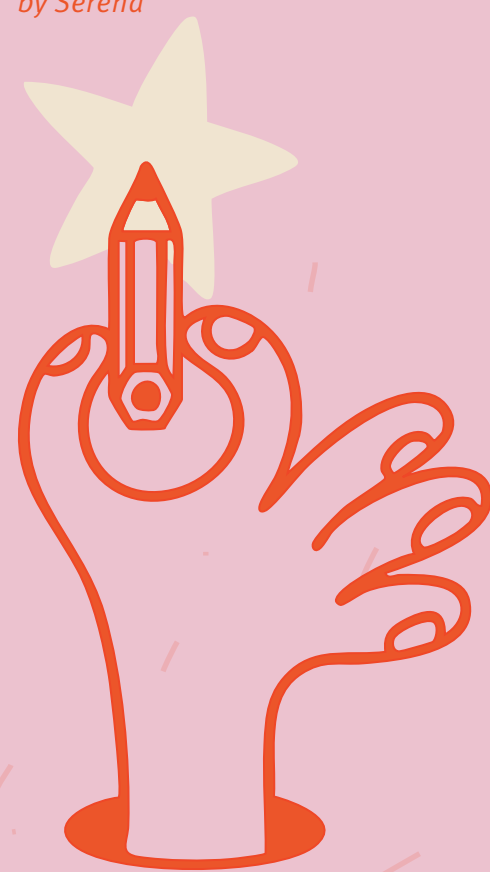
L'espressione arriva dalla metafora dell'"uccidere" l'oggetto in questione, cioè dargli l'ultima botta, l'ultimo tiro, l'ultimo respiro prima che si spenga per sempre. Non ha niente a che vedere con la violenza, è uno slang che indica l'atto di finire qualcosa che si sta fumando. In pratica, quando la sigaretta o lo spinello sta per spegnersi e non ne rimane che l'ultimo tiro, si passa a un'altra persona dicendo:

"Vai, ammazzala tu."
Tradotto: "Finiscila tu."

"Bro, l'hai fatta girare cinque volte, mo ammazzala."

"C'è un tiro e mezzo, poi si spegne. Ammazzala tu che io ho già dato."

"Mi sta bruciando le dita, ammazzala va'."



CONDANNA

CONFESSIONI DAL CUORE, IL CERVELLO DA TROPPO DOLORE

CONFESSIONI D'AFFETTO CONDANNATE A PROCESSO

GIUSTO O SBAGLIATO POCO IMPORTA VOGLIO SOLO CHIUDERE QUELLA PORTA

by Serena



COLLABORA CON NOI: scrivi per informazioni/ progetti/ idee/ ispirazioni a newsgeneration@larcobaleno.coop



RICICLATO
Carta prodotta da
materiale riciclato
FSC® C010411



**NON SI ESCE
DALLA DIPENDENZA
CERCANDO DI ESSERE FORTI,
MA IMPARANDO
A CHIEDERE AIUTO.**