

La droga, invito a una vita senza regole, uccide

RIEDUCARE A DIFENDERSI DALLE INVASIONI EMOTIVE



di Chino Pezzoli

Nella Giornata mondiale contro la droga, che si celebra oggi per iniziativa delle Nazioni Unite, mi sembra doveroso almeno ricordare che la droga c'è, anche se del disagio che genera quasi non si parla più. Chiediamoci, allora: quali sono i comportamenti negativi che possono causare la dipendenza dalle sostanze stupefacenti e alcoliche? C'è infatti un modo disordinato d'agire di alcuni ragazzi e ragazze che piace, attira nuovi proseliti. Sono giovani che concepiscono la vita come un gioco senza regole, una ricerca di emozioni forti tramite il rischio, un campo ricco di sfide e affacciato sul terreno del proibito, un carosello in cui pubblicizzare il proprio prodotto. La via dell'avventura che percorrono troppi nostri ragazzi (ma anche tanti adulti) muniti di droghe e di alcol diventa presto affascinante. Per questo occorre monitorare i modi di vivere trasgressivi di alcuni ragazzi, spesso segni predittivi dello sballo. La persona che si avvicina al pianeta droga porta con sé una vita sregolata, trasgressiva: un aggettivo, quest'ultimo, col quale intendo non soltanto chi non osserva la legge ma anche quanti non osservano alcune norme che consuetudine e buon senso hanno reso patrimonio comune. Penso, ad esempio, al rispetto degli ambienti pubblici evitando vandalismi, disordini, chiasso, gesti osceni, provocazioni. Penso al ragazzo che diserta la scuola, non studia, trasforma la sua famiglia in un pensionato, o a quello che si procura soldi e oggetti rubando o commettendo illeciti. Una vita senza regole è una vita a rischio, anticipa lo sballo e poi lo tollera, lo giustifica per il benessere emotivo che produce. Una vita così consegnata ha bisogno di emozioni, di risonanze sensitive piacevoli, di evitare accumuli di frustrazioni. In qualche circostanza allentare l'eccessivo autocontrollo serve per far uscire stati repressi dannosi al benessere psichico. La rigidità mentale può portare allo stress e

all'uso di sostanze analgesiche nel tentativo di star bene. Esiste però anche l'opposto: abituare la mente al consumo di eccitazioni: sgommare con l'auto, frequentare siti porno, fare sesso sempre e con chiunque, praticare giochi a rischio, stordirsi di musica... E le forti emozioni conducono facilmente alla dipendenza da sostanze stupefacenti e stimolanti.

L'avvertimento a essere vigili su questo stile di vita vale sia per chi non è ancora venuto a contatto con le droghe sia per quanti le stanno usando, o ne hanno fatto uso. La vigilanza vale soprattutto per chi ha superato la dipendenza attiva dalle sostanze stupefacenti: certe emozioni possono infatti risvegliargliela. Il tossicodipendente deve tenere sotto controllo la voglia di consumare lo stupefacente, il cosiddetto carving: non gli basta voler evitare la dipendenza da droghe e alcol, perché se la parte profonda del suo io è dipendente dalle forti emozioni non esistono propositi che lo possano difendere dalle invasioni emotive. Occorre dunque rieducare la mente a scegliere e ad apprezzare le emozioni semplici, che valorizzano il rapporto con sé e con il mondo.

Mi sono chiesto spesso se non sia presente nei ragazzi e negli adulti una specie di caccia a ciò che è proibito. Certi soggetti sono sempre pronti a mettersi contro, ad assumere atteggiamenti anarchici, a vantarsi delle loro sfide e bravate. Hanno come principio non tanto la violazione delle regole - perché non hanno regole - quanto l'equiparazione di ogni norma o principio a un limite alla loro libertà, spesso confusa con il libertinaggio. La droga e lo sballo con alcol sono considerati le armi da usare contro la famiglia e la società che impediscono loro di fare quello che vogliono. Si sentono forti dei propri rifiuti e ritengono deboli e falliti gli amici "regolari", impegnati nei propri doveri, inviando messaggi provocatori via Internet per proporre agli amici una vita senza "cerniere" o chiusure. La droga è, per questi rivoluzionari da quattro soldi, il "proibito agognato". Che amarezza! Vogliamo allora, almeno oggi, gridare che la droga uccide, come sta scritto persino sul pacchetto delle sigarette?

© RIPRODUZIONE RISERVATA

