



PSICHE E DINTORNI

di **WALTER COMELLO**

Addiction, libertà e piacere

Una droga è tutto ciò che esercita su di noi un **incantesimo**. «*Un uomo non può vivere senza una mania, una passione divorante, un tiranno, e per servirlo non conoscerà limiti*», diceva **Friedrich Schiller**.

È corale la denuncia di un crescente diffondersi delle **dipendenze**; dal Ministero della Sanità al vescovo di Bologna, fino alle più accreditate ricerche internazionali. Dopo che si smette di **combattere per la libertà** e questa sembra un bene acquisito, si sente il paradossale bisogno di rinunciarvi. È più importante, perché più gratificante, combattere per la libertà piuttosto che la libertà stessa. Non c'è tiranno sconfitto che non lasci lo spazio al successivo. Non c'è individuo che non desideri la libertà dai propri limiti per scegliere i prossimi. Non c'è individuo che non cerchi una **passione** da cui dipendere a discapito del **rassicurante nulla**. Inutile cercare nel disagio le origini delle dipendenze, inutile attingere a una **volontà morale** per la loro cura, inutile pensare di curare le dipendenze considerandole il problema da cui partire. Le dipendenze hanno a che fare con il **piacere**, a volte perverso o lesivo piacere, ma piacere.

Ogni neurone stabilisce mediamente **10mila connessioni** ed è coerente con la nostra natura e la nostra **missione**. Non siamo degli angeli scesi dal cielo, ma semplicemente degli organismi biologici sottoposti a stabilire in ogni momento il migliore equilibrio possibile con il contesto, in

funzione delle nostre condizioni e delle circostanze, per sopravvivere, crescere e riprodurci. Per portare a termine questa missione, l'organismo può mettere in atto **due grandi strategie**: l'avvicinamento, quando i suoi bisogni lo spingono a rivolgersi all'ambiente, e l'evitamento, quando è stanco o minacciato. Una struttura del cervello, il **nucleus accumbens**, misura automaticamente il piacere ricavato da ogni esperienza, la sensazione provocata dai miglioramenti che seguono un comportamento. Questo determina il rilascio di **dopamina**, un neurotrasmettitore e neuromodulatore, all'interno delle sue sinapsi. Quando la quantità di dopamina tende a diminuire, il nucleus accumbens valuta la condizione come negativa per l'equilibrio tra l'organismo e il contesto e spinge per riattivarne la produzione non appena se ne presentano le condizioni.

Una droga è tutto ciò che esercita su di noi un incantesimo. «*Un uomo non può vivere senza una mania, una passione divorante, un tiranno, e per servirlo non conoscerà limiti*», diceva Friedrich Schiller

La ricerca di **sostanze o esperienze appetibili** capaci di alterare lo stato di coscienza, di operare il cambiamento della **percezione di sé e dell'ambiente** circostante verso una condizione ritenuta vantaggiosa, costituisce il nucleo fenomenologico comune alle varie forme di dipendenza. Quindi l'area delle dipendenze patologiche si ingrandisce sempre di più a partire dalle **classiche tossicodipendenze** fino alle **nuove droghe**, all'**alcolismo** e alle **dipendenze da cibo** e da alcuni alimenti in particolare, dalle **dipendenze sessuali** a quelle da **shopping**, dal **gioco d'azzardo** compulsivo al **lavoro eccessivo** e alle **dipendenze tecnologiche** da televisione, videogiochi, Internet e social network. Un altro campo riguarda le **dipendenze affettive e relazionali** e alcuni aspetti del funzionamento perverso, o perversità, per riferirsi al maltrattamento di una persona da parte di un'altra. **Cohen** sosteneva che le persone che maltrattano gli altri per evitare la responsabilità dei propri conflitti interni tendono a diventare dipendenti dalle loro vittime. **Papa Francesco** all'Angelus denuncia che qualcuno si comporta con la corruzione come con le droghe, pensa di poterla usare e smettere quando vuole; si comincia da poco e lentamente si perde la propria libertà. L'esperienza insegna, e la scienza lo conferma, che **è possibile diventare dipendenti da qualsiasi cosa**, da qualsiasi esperienza e da qualsiasi comportamento. La cura è diventare capaci di scegliere.