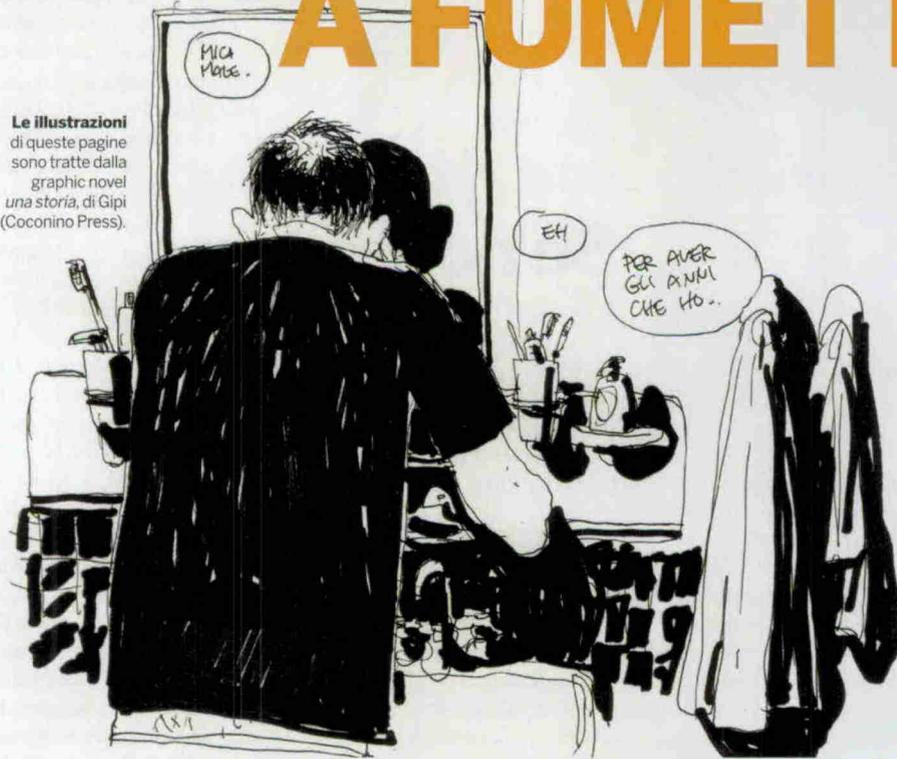


GIOIA/inchiesta

# La depressione A FUMETTI

Le illustrazioni di queste pagine sono tratte dalla graphic novel *una storia*, di Gipi (Coconino Press).



**Per la prima volta, una graphic novel è in corsa per il premio Strega. Parla di quella tristezza patologica che si stende su ogni minuto della giornata senza un vero perché, uccidendo la voglia di vivere. Il suo autore, Gipi, la conosce bene. Qui ci racconta come matite e pennelli l'hanno guarito**

di Flavia Piccini

«Dopo cinque anni durante i quali non riuscivo più a scrivere e disegnare delle buone storie a fumetti, mi ero convinto che quella fase della mia vita fosse terminata. Certo, era doloroso pensare una cosa del genere, perché il racconto e i disegni erano stati il pensiero di ogni giorno per tanti anni, però non venivano più e, con grande tristezza, mi ero arreso. In quel periodo ero infelice e non riuscivo a individuare il motivo della mia infelicità. Con il passare del tempo questa tristezza era divenuta cronica e si sten-

deva su ogni minuto della mia giornata. Credo che fosse accaduto per delle scelte di vita sbagliate, per essermi dimenticato la sostanza della quale ero fatto, le cose che mi piacevano davvero. Era come se vivessi la vita che altri desideravano che vivessi. I miei libri avevano avuto un discreto successo e io dovevo essere felice di quel successo. E lo ero, in effetti, ma quella felicità non rispondeva a un mio reale desiderio. «Il fumetto se n'era andato, quindi mi inventavo altro. Un film, un libro senza disegni, un altro film. Ma non era mai

roba buona. Non riuscivo mai a essere libero e quindi neppure a essere sincero. Eppure mi ero convinto che andasse bene così, del resto avevo sempre avuto paura che quella cosa che viene chiamata ispirazione se ne sarebbe andata via. La verità, però, era che me n'ero andato io.

«Le persone si abituanano a cose ben peggiori della mancanza di ispirazione artistica. Così io mi sono abituato a questa mancanza, sono arrivato pure a convincermi che, in fondo, del fumetto non mi importasse gran che. Poi, un giorno, mi



## Se novembre ti scende sull'anima

In Italia 15 persone su 100 hanno sofferto di depressione. E la cosa più difficile è ammetterlo

sono deciso a tornare a casa. Letteralmente. In quegli anni abitavo in Francia. Ho lasciato Parigi e sono tornato nella provincia dov'ero cresciuto. Mi sono riavvicinato agli amici che avevo a casa, quelli che se ne fregano dei miei libri e non leggono niente di mio. Piano piano mi sono sentito meglio. Poi, un giorno, è nata la prima pagina di *unastoria*. È arrivata all'improvviso, assolutamente inaspettata. La prima scena della prima pagina si è quasi disegnata da sola. Ero sorpreso di essermi ritrovato nuovamente a disegnare. Mi ricordo che avevo una frase in mente: "Dammi risposte complesse", ma in quel momento non avevo idea di che cosa significasse.

«E poi disegnai una vecchia stazione di servizio. E poi disegnai una vecchia, che era mia madre e che si guardava allo specchio. Tutto questo senza avere la minima idea di che cosa stessi facendo. Adesso passo le mie giornate inventando. Passo dalla scrittura ai disegni, alla musica. Gioco molto, tra un lavoro e l'altro. Insomma, invecchio giocando. Sto progettando un gioco da tavolo. Ho una nuova storia a fumetti in lavorazione e sto scrivendo un soggetto per un film. Quell'infelicità di un tempo, adesso, pare essersene andata».

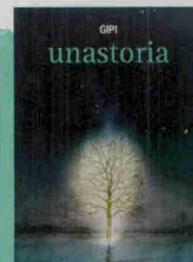
**Ci sono giorni in cui non riesci ad alzarti dal letto, ma dai la colpa alla stanchezza, al lavoro, ai figli.** Ti convinchi che sia solo una questione di tempo, che sarà sufficiente dormire un po' di più. I giorni però si succedono e il malessere, invece di andare via, diventa sempre più insopportabile. Senza accorgersene, si è dentro quello che lo scrittore francese Philippe Labro ha poeticamente definito "il novembre dell'anima, il dicembre del desiderio". Si è dentro quella che universalmente viene definita come depressione, e che ogni anno affligge 121 milioni di persone. Solo in Italia, secondo l'Oms, 15 persone su 100 hanno avuto

a che fare con il male oscuro che nel 2020 diventerà, subito dopo i problemi cardiologici, la seconda malattia più diffusa al mondo. «Depressione», ammonisce Andrea Bocconi, psicoterapeuta e scrittore, «è una parola molto vaga. Si tratta di un'etichetta applicata a tutti i sentimenti di tristezza, anche se generati da eventi o sentimenti che natural-

mente portano all'infelicità, come un lutto o una separazione». La capacità dell'esperto sta dunque nel fare i necessari distinguo e così separare ciò che dovrà fare il suo naturale decorso psicologico dalla patologia, che invece necessita di un tempestivo trattamento farmacologico. «Contrariamente all'opinione comune, la depressione non è solo un male dell'anima, ma una patologia che coinvolge tutto l'organismo. Una persona in depressione si sente triste e scoraggiata, perde interessi, è

convinta di non valere niente, fa fatica a concentrarsi, non riesce ad applicarsi sul lavoro, non ha le energie per vestirsi o lavarsi», spiega Antonio Tundo, direttore dell'Istituto di psicopatologia di Roma. La routine improvvisamente si trasforma: si verificano alterazioni del sonno, si comincia a mangiare di meno

e anche il desiderio sessuale cala. Tipicamente la sofferenza è massima la mattina e si attenua nel pomeriggio-sera, quando la giornata è finita. **Esistono numerosi sintomi spia, come improvvisi e ingiustificati cambiamenti di stato d'animo, una maggiore facilità a stancarsi, ansia, irritabilità, vaghi malesseri fisici.** «La cosa più difficile è accettare lo stato in cui si è, senza cedere a discorsi come "tirati su, non hai niente, è una cosa transitoria". Se si sta vicini a una persona depressa è fondamentale non banalizzare i suoi sentimenti», conclude Andrea Bocconi. Non è con la buona volontà che si supera una fase depressiva. Solo affidandosi agli esperti si potrà portare un po' di luce dentro il male oscuro. ☐



### In libreria

Gianni Pacinotti, in arte Gipi, nato a Pisa nel 1963, è uno dei più interessanti fumettisti italiani. Il suo ultimo lavoro *unastoria* (Coconino Press, pp. 128, € 18), che racconta la storia di un uomo e della sua follia, ha vinto il premio Mondello ed è entrato nella dozzina dei titoli finalisti al premio Strega (la proclamazione del vincitore sarà il 3 luglio, a Villa Giulia, Roma).