

DARE LA PAROLA AL DOLORE E ALLA SOFFERENZA



Adriano Pessina

Mentre il dolore fisico è confinato nell'attualità, la sofferenza si estende fino a coinvolgere la rilettura del passato e l'attesa del futuro.

"Come il ragno stando nel mezzo della tela, immediatamente avverte quando una mosca spezza qualche suo filo e così li accorre celermente, quasi provasse dolore per la rottura del filo, così l'anima dell'uomo, ferita in qualche parte del corpo, vi accorre celermente, qua-

si non riesca a sopportare la ferita del corpo, al quale è congiunta saldamente e secondo una precisa proporzione". Questo antico frammento di un testo del filosofo Eraclito ci permette di tornare a ripensare alla duplice questione del dolore fisico e della sofferenza, qui

intesa come disagio esistenziale, e al nesso che a volte li unisce. Il dolore fisico, che oggi riesce sempre più ad essere controllato, ha il carattere dell'attualità e di una sua più o meno evidente localizzazione in una parte del corpo. Il dolore ha come effetto quello di ri-

chiedere per sé un'attenzione quasi esclusiva, di indurre la consapevolezza dell'uomo a concentrarsi sulla corporeità, che non viene più semplicemente vissuta, ma saputa, posta a tema. Ora, l'immagine del ragno che corre laddove il filo è spezzato esprime bene questo movimento della nostra attenzione, questo spostamento dell'interesse. Il dolore chiede per sé un'attenzione quasi esclusiva, fino ad esaurire le nostre forze. Per questo motivo il dolore può provocare anche un profondo disagio esistenziale quando è percepito come sintomo della malattia, come annuncio della nostra esposizione alla morte. La soglia di "sopportazione" del dolore non dipende esclusivamente dalla sua intensità, misurabile con gli strumenti della medicina, ma anche, se non soprattutto, dalla sua interpretazione, dalla sua collocazione dentro una prospettiva: i dolori legati allo sforzo atletico, o quelli sopportati dentro una prassi terapeutica, o, ancora, i dolori della crescita, sono più facilmente sopportabili perché

dotati di senso, cioè di un significato e di una direzione, positiva. Il dolore che sembra essere insopportabile è quello che sembra essere "inutile", ed è pensato come inutile perché non è funzionale a qualcosa di positivo, non è una condizione per l'incremento della vita o dell'attività dell'uomo. Se ora riflettiamo sulle differenti forme della sofferenza, sottraendoci al tentativo di una classificazione psicologica, o di una interpretazione delle sue cause, ciò che emerge è il fatto che essa possiede un'estensione temporale molto differente. Mentre il dolore fisico è confinato nell'attualità, la sofferenza si estende fino a coinvolgere la riletture del passato e l'attesa del futuro. Noi, infatti, soffriamo anche per la semplice memoria del passato, come nel rimpianto rispetto alla perdita di una relazione significativa, di un legame decisivo per la nostra vita. Ma questo può valere anche per il futuro, per il timore di un fallimento, per il presagio di un abbandono, per il presentimento della morte, nostra o di

qualcuno che ci è caro. Così il carattere della sofferenza è quello di rendere "attuale", cioè presente, quello che non c'è realmente più (il passato) e quello che non c'è ancora (il futuro). E se andiamo, per così dire, a cercare le "cause" della sofferenza, ci rendiamo conto che esse sono, in primo luogo, delle "motivazioni". Non è una differenza soltanto di termini, ma di lettura del fenomeno della sofferenza. Le "cause", infatti, sembrano sempre rimandarci a qualcosa di esterno che influisce su di noi, mentre le motivazioni "ci appartengono", siamo noi stessi. L'espressione "cause interiori" ci illude circa la possibilità che possa esistere una sorta di distanza tra ciò che noi siamo e ciò che "causa" la nostra sofferenza. Nella sofferenza, in realtà, si manifesta un tratto della nostra personalità, della nostra storia: noi siamo la nostra sofferenza, e questa sofferenza "colora", per così dire, tutti i nostri atti. Se è vero che anche per il dolore fisico si può dire che noi "siamo il nostro dolore", proprio per



Il dolore ha come effetto quello di richiedere per sé un'attenzione quasi esclusiva, di indurre la consapevolezza dell'uomo a concentrarsi nella corporeità, che non viene più semplicemente vissuta, ma saputa, posta a tema.



Lo sport Libera la vita.

Entusiasmo, energia e passione: valori che fanno grande il mondo dello sport, trasformandolo in un momento di forte autorealizzazione.

Valori che il Gruppo Fondiaria Sai sostiene da sempre, attraverso la sua offerta di protezione e sicurezza.

Per sollevare la vita da pensieri gravosi e concederle più tempo e libertà.

LIBERA LA VITA



l'unità dello spirito e del corpo a cui ci richiamava il frammento attribuito a Eraclito, esso però sembra restare confinato nel presente, almeno fino a quando non si trasforma in sofferenza. Il dolore fisico può, a motivo della sua intensità, inibire la nostra consapevolezza, ma può anche restare confinato nel presente se ad esso si oppone una motivazione capace di dargli significato, di renderlo cioè operante in una qualche progettualità. Il dolore diventa "tragedia" quando si mostra "insensato", privo di significato e di direzione positiva. Ed è per questo che del dolore, così come della sofferenza, si deve "parlare", perché soltanto nella parola, nella comunicazione il dolore può trovare un qualche "senso". Ogni dolore e ogni sofferenza, se diventa parola, racconto, storia, diventa più facilmente sopportabile perché la comunicazione spezza l'isolamento e ripristina quella relazione con la realtà, con gli altri, persino con se stessi, che venivano annullati dal carattere autoreferenziali del dolore e della sofferenza. Quando si è "chiusi" nel proprio dolore e nella propria sofferenza non si riesce più a vedere nulla, si diventa ciechi di fronte alla nostra libertà, ci si consegna alla disperazione, cioè alla privazione di significato dell'esistenza. Un antico detto, di cui non saprei citare la fonte, afferma che "la scrittura è una terapia per l'anima": è un'osservazione importante, perché ci ricorda che soltanto nella scrittura e nella parola noi riusciamo a prendere la distanza dal dolore e dalla sofferenza e capiamo che noi non siamo soltanto il nostro dolore e la nostra sofferenza. Parlare, cioè comunicare, non soltanto del nostro do-

lore e della nostra sofferenza, ma di noi stessi, per riaprire le dinamiche relazionali della vita. E questa parola che si fa storia deve avere la possibilità di incontrare altre persone, non soltanto dei professionisti della psiche o del corpo. Per questo motivo l'apertura degli ospedali e delle case di cura agli amici e ai parenti del paziente è insostituibile: nessuna relazione amicale o affettiva può essere sur-

miere, perché nell'amicizia esiste una relazione che ripristina il linguaggio umano al di là del linguaggio della "salute". Per rispondere a queste esigenze non si dovrebbe trasformare l'arte medica, ma avere il coraggio di aprire sempre di più i luoghi di assistenza e di cura a lunga degenza alla presenza degli amici e dei parenti, spezzando quella dimensione di isolamento ambientale che au-



rogata dagli esperti del dolore e della sofferenza, da medici o da psicologi. Per quanto queste figure professionali siano utili, a volte quasi indispensabili, non riusciranno mai a sostituire quello spazio e quel tempo della parola che nasce dentro gli affetti, le amicizie, le storie di vita. Non è infatti un caso che a volte il paziente, isolato dal mondo degli affetti, dalle relazioni significative, desideri avere come "amico" il medico o l'infer-

menta l'esperienza dell'isolamento del dolore e della sofferenza. Quelle strutture che lo hanno fatto hanno ottenuto risultati importanti non soltanto per i pazienti, ma anche per i curanti.

Prof. Adriano Pessina
Cattedra di Bioetica
Università Cattolica di Milano