



Franco Poterzio

Ricercatore in Psichiatria
Università degli Studi di Milano

LA VIA DELLA GIOIA

Così dice un testo del Beato Josemaría Escrivá: «Non dimenticherò mai quella povera creatura che io, giovane sacerdote, aiutavo a morire bene dopo averle somministrato l'unzione degli infermi e le sussurravo all'orecchio: Benedetto sia il dolore. Questa è liberazione. Amato sia il dolore! E lei lo ripeteva con la voce rotta. Morì dopo pochi minuti. Santificato sia il dolore! Glorificato sia il dolore! E non ho cambiato opinione: ne sentivo un'invidia folle. Quella donna aveva avuto una posizione di grande rilievo economico e sociale nella vita e stava lì in un giaciglio di ospedale moribonda e sola, senza altra compagnia all'infuori di quella che potevo farle io in quel momento finché spirò. E ripeteva assaporando felice: Benedetto sia il dolore! Aveva tutti i dolori morali e tutti i dolori fisici del mondo. Amato sia il dolore, santificato sia il dolore, glorificato sia il dolore. La sofferenza è una prova di saper amare, di aver cuore» (cfr. G. Herranz, *Parole di Mons. J. Escrivá a medici e malati*, cit.).

Si palesa da questo testo una cultura del dolore decisamente controcorrente. Benedetto sia il dolore, amato sia il dolore: quale è mai questa cultura della sofferenza che ci viene proposta? Urta contro tutti i nostri istinti e contro tutte le nostre tendenze.

Benedetto sia il dolore: ma non è forse vero che il dolore è ciò da cui tutti indistintamente cerchiamo di fuggire quanto più lontani possibile, ciò che ci spaventa sin da quando eravamo bambini?

Dolore e mistero

Il dolore resta un mistero, anche da un punto di vista scientifico. Non si conoscono ancora chiaramente le vie del dolore secondo la prospettiva neurofisiologica. Il dolore fisico ci indica che l'organismo deve difendersi da una lesione nel corpo e consente – ma non sempre – una protezione. Certe contratture antalgiche talvolta mantengono la patologia invece di diminuir-la. Il dolore insomma è misterioso, cupo, buio, minaccioso, a volte insopportabile e logorante. Ci fa paura. È assai difficile definire il dolore.

Piacere e dolore

Lo si può comprendere in rapporto al piacere che è uno stato di benessere, di star bene, di gioia, di sollievo, per la cessazione di un bisogno oppure per il possesso di un bene. Il dolore, in quanto polo opposto del piacere si identificherebbe con il male. Ed in effetti il dolore è un'espressione del

male. Ma non tutto il dolore è necessariamente male e viceversa.

San Tommaso d'Aquino afferma che «il dolore è un male percepito dalla coscienza». Se la coscienza non lo cogliesse in questi termini il male resterebbe occulto e non si avrebbe dolore. Non appena si produce un male, come ad esempio un trauma fisico o morale, questo viene percepito dalla coscienza come dolore. Quindi il dolore deriva dalla perdita di un bene, da una privazione, da un insulto, da un attacco, da una distruzione. Ancora non è stato interpretato esaurientemente da alcuna filosofia. Soltanto la Bibbia ce lo spiega apertamente affermando che il dolore è una conseguenza del peccato originale.

Dolore e male

Sempre San Tommaso sostiene che il dolore è una *passione dell'anima*: si subisce, si soffre senza volerlo, contro le nostre disposizioni, tendenze, intenzioni. Se è vero – afferma ancora San Tommaso – che «il dolore origina dalla perdita e dalla distruzione, i suoi effetti sono quelli di un danno all'anima e al corpo». Il dolore, soprattutto quello fisico, ci fa perdere la libertà, ci può portare verso altro male, fa regredire la nostra mente verso posizioni infantili dalle quali non siamo capaci di difenderci, altera l'armonia del nostro essere, ci impedisce la disponibilità verso gli altri, ci fa ripiegare su noi stessi, restringe tutte le nostre possibilità esistenziali, ma soprattutto non è comunicabile agli altri per diretta partecipazione come invece avviene per la gioia.

La gioia può essere trasmessa e gli altri ne fruiscono in modo immediato, mentre il dolore resta tutto dentro chi soffre e gli altri ne patiscono soltanto identificandosi nelle condizioni del sofferente. Ne consegue un sentimento di disagio che sovente si esprime nella fuga da chi si trova nel dolore. I rimedi del dolore sono il riposo, il pianto, la cura, la compassione, il sonno, lo studio, l'ambiente.

Moralità del dolore

Il dolore tuttavia possiede degli aspetti positivi, non necessariamente legati al male. Il dolore possiede una sua peculiare moralità ed una specialissima dignità: può aiutare a purificarci. Max Scheler affermava che un'esistenza senza dolore «istiga alla leggerezza metafisica». Si comincia a prospettare una cultura del dolore che ben può collimare con una visione cristiana della vita.

È difficile tuttavia accettare pienamente questa visione: è nota la vicenda di quel cardinale dell'Ottocento che, dopo aver scritto elevate considerazioni sul dolore, caduto ammalato, protestava di non riuscire a mettere in pratica nulla di quanto aveva sostenuto nelle sue pagine perché soffriva così intensamente da non poter fare quegli atti che elevassero a preghiera la sua situazione di malattia.

L'uomo rifugge il dolore perché in un modo o nell'altro sempre lo collega alla morte. Sulla spinta di tali istanze il progresso tecnologico va diffondendo oggi una cultura che può essere, a seconda di come viene usata,

una cultura del benessere piuttosto che una cultura della salute.

Cultura del benessere

Mancando un'autentica e sana cultura del dolore, la cultura della salute facilmente si degrada a cultura del benessere. La medicina che risolve in anestesia e analgesia i problemi del dolore fisico, finisce per farsi anestetico dei più svariati disagi dell'esistenza, sovente con un eccesso di medicalizzazione dell'essere umano. Il rischio di tale cultura è ovviamente la mentalità tossicomana che propone soluzioni materialistiche per qualsivoglia problema che produca dolore. Questa cultura del benessere invece che da una profonda concezione del dolore sembra sia sostenuta da una sorta di edonismo o cultura del piacere in cui è inevitabile un salto regressivo verso posizioni narcisistiche. Nella persona umana oggi permarrebbe dunque un *io-piacere* che vuole tutto per sé ed aborrisce qualsiasi forma di dolore.

Anche certe metodologie psicoterapeutiche fondate sul perseguire una solipsistica *autonomia psicologica* sganciata dai valori e da altre mete esistenziali finiscono di fatto per orientarsi esclusivamente verso l'obiettivo della gratificazione del piacere. Si priva in tal modo l'essere umano dell'attributo di persona, ossia della sua essenziale disponibilità alla relazione, per confinarlo nel ruolo dell'individuo più o meno soddisfatto.

Solitudine

Precisamente a causa di tale perdita di significato antropologico della relazione, l'uomo di oggi rimane solo con il suo dolore. I sentimenti negativi – quelli che più propriamente ineriscono al dolore – non hanno più diritto di cittadinanza nelle relazioni interpersonali. Viene a mancare del tutto la partecipazione corale, collettiva, familiare o sociale al dolore ed al lutto. In conseguenza non si producono quelle autentiche condivisioni del dolore in cui ciascuno si fa carico emotivo del peso di chi soffre e con lui riscopre profondi sentimenti di solidarietà che sono come una soave medicina del male. A causa di questa solitudine si assiste oggi ad un incremento delle malattie psicosomatiche: non avendo qualcuno cui partecipare il proprio dolore, all'uomo d'oggi non resta che la via di scarico dell'ammalare questa o quella parte del suo corpo.

Ruolo del dolore

Eppure la psicologia sa che il dolore ha un senso. Melanie Kline affermava che soltanto privando il bambino di un oggetto, questi riesce a mentalizzarlo dopo averlo introiettato. Gli psicologi e gli psicoanalisti sono concordi nel ritenere che la sana maturità consiste nel sapere tollerare le frustrazioni senza scompensarsi e che pertanto bisogna sopportare ed elaborare il dolore piuttosto che fuggirlo. È noto che il dolore svolge una funzione plastica e trasformativa nell'ambito della personalità. Come vento critico, a seconda della sua qualità e della sua intensità, o forma o deforma.

Ma certamente può liberare da molte disposizioni negative dell'animo, rimodellando anche tutto l'assetto affettivo, può promuovere i processi

adattivi, può consentire una revisione della vita riformulando le categorie dei valori e impostando secondo nuovi criteri tutte le relazioni.

Ricerca di senso

Il dolore soprattutto può essere significante. Tutte le volte che una persona si ammala o patisce qualche grave contrarietà si chiede: perché questo dolore? Perché proprio a me? Ecco che allora la malattia può diventare un'esperienza di vita. Il problema di tutti coloro che operano nel campo della salute è precisamente questo e si ripete ad ogni utente di cui debbono occuparsi con la medesima drammaticità. Che senso ha?

Lo psichiatra Victor Frankl ha affrontato il problema del significato del dolore. Egli pone l'accento sulla volontà di significato: se non trovo questo significato – egli sostiene – lo attribuisco intenzionalmente io stesso. Accetto la mia sofferenza come se fossi stato io stesso a sceglierla. Volontariamente decido di avere ciò che mi è stato dato. Scelgo il mio destino.

Questo psichiatra e psicoanalista ebreo, fondatore della logoterapia, intorno agli anni Settanta si era recato a Roma dove aveva incontrato il Beato Escrivá. Dalla conversazione Frankl uscì commosso: Escrivá gli aveva detto che i suoi grandi amori, Gesù e la Madonna, erano ebrei come lui. Se l'incontro ebbe questa ripercussione emotiva, evidentemente qualcosa di molto importante era avvenuto tra i due, sicuramente quel convergere delle rispettive esistenze in vari punti di intesa in cui ciascuno, con la mente e con il cuore, coglie il dono dell'altro, ne fa proprio il pensiero e più che parole si trova a scambiare la stessa vita in una sorta di vicendevole trasfusione di anima.

Homo patiens

Giungendo da prospettive molto diverse, Frankl dalle scienze psicologiche, Escrivá dalla sua vita interiore e dalla scienze teologiche, collimarono entrambi sulla portata esistenziale del frankliano *homo patiens* da cui è ben difficile separare la figura di Cristo stesso. L'*homo patiens* sembra dunque la corretta collocazione antropologica per un'autentica cultura del dolore. Ma il cristiano è allora un dolorista? È una sorta di romantico che ama soffrire? Peggio: un masochista? Nulla di tutto questo.

Amore e dolore

Riportiamo un altro passo del Beato Josemaría Escrivá: «Lo ripeto, l'ho detto prima. Dio è onnipotente, non gode del nostro male, ma del nostro bene. Quando tu togli dalle mani di un bambino un coltello, un coltello a serramanico o dei fiammiferi con cui stava giocando, perché hai paura che si faccia del male, il bambino protesta perché gli fai male, perché gli togli un giocattolo. Noi con la visione del nostro mondo – ecco la cultura del dolore che ovviamente va contro la natura ma si pone in un piano decisamente soprannaturale – stiamo vedendo un arazzo al rovescio, dalla parte dei nodi e non capiamo che la felicità verrà dopo, che questa vita se ne va come l'acqua tra le mani. Questa vita è fugace, *tempus breve est*. C'è

pochissimo tempo per amare [...] Ripetigli che il Signore dei Cieli è il loro Padre e il tempo per amare è breve, che amino adesso e che l'amore si manifesta nel dolore».

Esiste dunque sotto questa prospettiva un importante collegamento tra dolore e amore in base al quale un cristiano non può mai essere un *dolorista*. Lo esprime molto bene Papa Pio XII, cui venne chiesto se il cristiano fosse obbligato a volere il dolore fisico per se stesso. Il Pontefice rispose di no. «L'uomo deve accettare e bere il calice del dolore ogni volta che Dio lo desidera. Ma non si deve credere che Dio lo desideri ogni volta che si presenta una sofferenza da sopportare, quali ne siano la cause e le circostanze. Le parole del Vangelo ed il comportamento di Gesù non indicano che Dio voglia ciò da ogni uomo e ad ogni momento, e la Chiesa non ne ha dato questa interpretazione. L'accettazione della sofferenza senza mitigazione non rappresenta obbligo alcuno e non risponde ad una norma di perfezione».

Alleviare il dolore

A tale proposito si possono ascoltare le parole del Beato Escrivá: «Il dolore fisico quando si può eliminare si elimina. Già abbastanza sofferenze ci sono nella vita. Quando non si può eliminare si offre». Ecco la cultura del dolore. E ancora: «La medicina allevia le sofferenze del corpo e il dolore dell'anima, inseparabili dalla nostra condizione umana e facilita quel diritto dell'uomo di non trovarsi solo nel momento difficile della malattia e dell'afflizione. Da sempre quando un figlio mio si ammala ho detto a coloro che devono stargli accanto: figli miei, che questa creatura non si ricordi che sua madre è lontana. Voglio indicare con ciò che in questi momenti noi dobbiamo essere come sua madre. Benché siano poveri, non manca mai il necessario a chi è ammalato. Se fosse necessario, ruberemmo per loro un pezzetto di cielo».

Queste sono le motivazioni che portano ad assistere chi è ammalato, questo l'atteggiamento con cui sopportare il dolore: questa la cultura del dolore nel Beato Escrivá. Il dolore è una realtà inevitabile. Gli va dato dunque un significato. Oltre al significato umano che possiede in sé, il dolore ha il significato soprannaturale di essere collegato alla Croce di Cristo, di consentire una speciale imitazione-identificazione con Cristo paziente.

Realismo cristiano

Benedetto sia il dolore. Da numerose altre testimonianze abbiamo sentito come il Beato Josemaría Escrivá sapeva sopportare il dolore. Ebbe bisogno di prolungate e fastidiose cure dentistiche. Durante gli interventi il suo dentista voleva essere avvertito di quando *faceva male* perché così poteva capire quanto con i suoi strumenti si trovasse in prossimità della polpa dentaria viva e sensibile. Ma Escrivá non gli diceva nulla. Sopportava il dolore senza lamentele. Gli andava incontro con l'animo preparato e generoso. Spesso, come sappiamo da alcune memorie che l'attuale Prelato dell'Opus Dei ha scritto su di lui, accettava il dolore con spirito di penitenza, proprio come dovesse fare una mortificazione attiva e volontaria, con intenzione e

determinazione ben chiare, e con la gioia di poter patire qualcosa per Cristo.

In sintesi, quale cultura? Oltre alla tradizionale cultura cristiana di accogliere il dolore per identificarsi meglio con Cristo e di vedere Cristo in ogni persona che soffre, il Beato Escrivá tra il combattere stoicamente il dolore o il fuggirlo suggerisce di affrontarlo serenamente, di andargli incontro quando è inevitabile.

Tra dolorismo ed edonismo sceglie la strada più vera del realismo, quella dell'allenamento al dolore con la penitenza, *perché così si perde la paura del dolore*. Tra la negazione a tutti i costi o con tutti i rimedi o la fatalistica rassegnazione al dolore egli suggerisce di dare significato al dolore, di accettarlo vedendovi la Croce. Tra il panico disperato e l'inconscia temerarietà indica la via della gioia, per lo meno quella che il dolore può offrire nell'ambito della speranza.