

LUIGI COLUSSO

DI FRONTE ALL'INATTESO PER UNA CULTURA DEL CORDOGLIO ANTICIPATORIO



Perché dedicare un libro al cordoglio anticipatorio? Perché non lo si conosce abbastanza e lo si confina e confonde con la fase terminale della vita. Invece, è una risorsa per vivere una buona vita e rigenerare la funzione della comunità. Il cordoglio anticipatorio accompagna l'uomo dalla nascita alla morte, è lo strumento che permette di guardare la vita in faccia senza paura e attraversare al meglio i cambiamenti che essa ci offre.”

SAGGI PROFESSIONALI

“La vita umana, inevitabilmente, si confronta con fasi di cambiamento identificabili come «lutti»: un licenziamento, il consumarsi di una relazione, un trasferimento, fino all’acquisizione di una disabilità. Nell’affrontare questi accadimenti non c’è soltanto il *dopo*, ma anche il *prima*, che si dipana sovente in modo poco funzionale attraverso angosce e proiezioni negative. Questo processo trova il nome di *cordoglio anticipatorio*.

Riconoscere, interpretare e indirizzare l’insieme di sentimenti e reazioni che si manifestano in previsione degli eventi meno auspicabili è fondamentale sia per l’individuo che si trova ad attraversarli, sia per l’operatore che ha il ruolo professionale e umano di fornire supporto e accompagnamento.

Proprio all’operatore si rivolge l’articolata riflessione contenuta in questo volume, che affronta il significato e le potenzialità del cordoglio anticipatorio nel contesto sanitario, ma anche più in generale in quello della comunità sociale, della scuola, attraverso le età e le diverse abilità relative.



€ 19,00

ISBN 978-88-590-2362-3



9

www.erickson.it

SAGGI **PROFESSIONALI**

Indice

<i>Presentazione</i> (di Gian Piero Turchi)	9
<i>Introduzione</i>	13
<i>Prima del cordoglio anticipatorio</i>	37
PRIMA PARTE	
Definizione e contesto	
CAPITOLO 1	
Definizione e riconoscimento del cordoglio anticipatorio	47
CAPITOLO 2	
La comunità locale e il cordoglio anticipatorio	75
CAPITOLO 3	
Il cordoglio anticipatorio degli operatori	133
CAPITOLO 4	
Il colloquio con le persone in cordoglio anticipatorio	169
CAPITOLO 5	
Il cordoglio anticipatorio e l'identità	201
SECONDA PARTE	
Indicazioni operative	
CAPITOLO 6	
La vita in faccia: il cordoglio anticipatorio dei minori e a scuola	219
CAPITOLO 7	
Il cordoglio anticipatorio quando le persone sono anziane	241

CAPITOLO 8	
Diversa abilità e cordoglio anticipatorio	269
CAPITOLO 9	
Cosa può insegnare una storia di cordoglio anticipatorio per gli animali?	293
CAPITOLO 10	
Cordoglio anticipatorio e suicidio	299
CAPITOLO 11	
Il contributo del cordoglio anticipatorio per l'elaborazione di perdite vitali e lutti	319
CAPITOLO 12	
Preparativi per la partenza	327
<i>Ringraziamenti</i>	355
<i>Bibliografia</i>	357

Presentazione

In una delle tante novelle Zen che affascinano noi occidentali si narra di un discepolo che confessa al suo Maestro di aver paura della morte; questi gli indica e consiglia di andare per il mondo e di ritornare soltanto quando avrà trovato una risposta alla sua stessa domanda. Come accade in tutte le novelle Zen, in cui in cui il tempo e lo spazio cessano di essere variabili fisiche, dopo un tempo breve e immemore e dopo aver viaggiato in alcun luogo e in tutti i luoghi, il discepolo torna dal Maestro e gli riferisce di avere la risposta e di avere «capito» che della morte non serve aver paura in quanto *inevitabile*. Il Maestro, sempre nella migliore tradizione Zen, apoditticamente, gli risponde: «Bene, hai trovato solo una mezza verità: ora si tratta di capire che è *la vita a essere inevitabile!*».

Inizia in questo modo la presentazione a *Di fronte all'inatteso*, magistralmente scritto e redatto da Luigi Colusso, in quanto questa è una delle caratteristiche peculiari del testo che il lettore si trova tra le mani: inserire un tema così delicato, centrale e assai rilevante per la nostra vita, come il cordoglio anticipatorio, in modo soave, leggero, senza per questo derogare da una linea argomentativa rigorosa, documentata e assai articolata. Infatti nella lettura,

che risulta scorrevole e gradevole, si è accompagnati dall'utilizzo di diverse forme di scrittura e di retorica (estremamente utile al riguardo l'operazione etimologica e filologica che l'autore compie rispetto ai termini più salienti), come metafore, aneddoti, citazioni sia di letteratura scientifica di settore che di dialoghi raccolti nel corso della lunga e fruttuosa traiettoria di vita, professionale e personale, dell'Autore. Quindi, iniziare la presentazione con una novella Zen intende porre il lettore nella disposizione d'animo che lo accompagnerà nel fluire delle pagine che compongono questo (necessario) libro. Abbiamo scritto che le diverse forme di scrittura e di retorica a cui si fa ricorso sono una delle caratteristiche che rendono peculiare il volume; ve ne sono molte altre, alcune vorrei renderle evidenti fin d'ora, di altre saranno i lettori stessi a scoprire e apprezzare la presenza e la rilevanza.

Intanto la scelta del tema che di per sé è già una scelta particolare, in quanto il cordoglio anticipatorio solo di recente è entrato a far parte di un fervido dibattito sia all'interno della comunità scientifica che in quella degli operatori socio-sanitari afferenti al sistema dei servizi così come del welfare in generale; nel contempo, però, è un tema che caratterizza la vita della nostra specie dai suoi albori, una sorta di tratto antropologico (ben espresso nel testo) che abbiamo da sempre utilizzato, anche se solo di recente abbiamo cercato di renderlo formale e, operativamente, di trasformarlo in prassi. Ossia, ed ecco un'altra ragione dell'incipit di questa presentazione, il cordoglio anticipatorio fa parte della vita, della nostra traiettoria biografica come specie, e non appartiene alla morte che, per quanto inevitabile, non può oscurare, renderci distratti, vederci soccombere alla vita: mantenere la costante attenzione all'inevitabilità della vita (di cui la morte è una delle manifestazioni) è una summa etica, esistenziale, evolutiva. Ecco che far ricorso al cordoglio anticipatorio, così come ampiamente sottolineato dall'Autore, è un modo (verrebbe da scrivere: il modo!) di non cadere nell'onta della distrazione, nel disonore della superficialità. Riflettere, costantemente interrogarsi sull'inevitabilità della vita è uno dei *fil rouge* a cui l'Autore ripetutamente ci riconduce e

alla cui chiamata, per quanto sommessa e velata, siamo tutti tenuti a rispondere responsabilmente.

Altro aspetto che caratterizza il testo è la centralità della Comunità, la comunità umana nel suo complesso. A fronte delle peculiarità specie-specifiche, la nostra specie non solo vive in comunità ma genera Comunità; si contraddistingue per il creare continuamente aggregazioni, sempre mutevoli e variabili ma con una costante: porre al centro la coesione sociale. Rafforzare la coesione sociale, operare incessantemente per metterla al centro degli sforzi di tutti, è un modo di poter occuparsi dei singoli, di coloro che soffrono (con una bella espressione usata dall'Autore: i dolenti!), che attraversano momenti impegnativi, duri, faticosi della loro traiettoria di vita (anche quando l'inevitabilità della morte si affaccia). E, su questo, il testo ci ricorda che tutti siamo coinvolti, tutti siamo com-partecipi: il cordoglio anticipatorio ci aiuta, ci offre supporto quando, inesorabilmente, toccherà transitare da coloro che offrono servizio a coloro che sono fruitori di servizio; questo costante interscambio, ineluttabile quanto ineludibile, questa modalità di offrire in dono (altra sottolineatura preziosa che richiama l'Autore) la propria com-partecipazione alla coesione della Comunità (umana nel suo complesso) è ciò che ci consente — insieme — di rispettare la vita nella sua valenza inevitabile.

Ecco che il cordoglio anticipatorio diviene uno strumento, un modo di impostare le relazioni, un veicolo di innesco di interazioni che può pervadere tanto il senso comune di tutti, quanto le competenze operative delle figure che offrono servizio all'interno del welfare (e qui va evidenziato che la modestia che contraddistingue l'Autore nella sua forma espressiva lascia al lettore la possibilità di cogliere che il cordoglio può divenire una vera e propria competenza professionale).

Un ultimo, ma non meno importante, aspetto che si intende sottolineare in questa sede e che rende peculiare questo testo è relato al come l'Autore evidenzi che il cordoglio anticipatorio appartiene all'ambito della salute e non è di pertinenza (sola) dell'ambito della sanità: la distinzione fra questi due ambiti di intervento è giunto

il tempo di tratteggiarla, rimarcarla, evidenziando peculiarità e area di azione dell'uno e dell'altro. La sanità concerne l'organismo, la dimensione individuale e di (assenza di) sanità si può guarire come si può morire (l'inevitabilità della morte richiamata nella novella Zen in esordio); la salute sta nello spazio delle interazioni, nelle infinite possibilità interattive che, come membri della specie, possiamo generare, costantemente produrre, veicolare: una comunità coesa è una comunità in salute anche laddove la dimensione sanitaria sia totalmente, o parzialmente, compromessa (si veda il momento storico attuale che tutti stiamo vivendo); così come un organismo devastato da una qualsiasi patologia continua a essere snodo di interazioni, laddove il cordoglio anticipatorio ci aiuta a mantenere la focalizzazione sulla inevitabilità della vita.

Mi fermo qui, per non correre il rischio che una presentazione (questa presentazione) divenga introduzione e un malfermo riassunto del dipanarsi del testo che risulta, di per sé, esauriente nei suoi passaggi e preciso nei contenuti salienti, concludendo come segue. Il cordoglio anticipatorio — che l'Autore indica come via per fronteggiare la morte, le difficoltà, le traversie che ognuno necessariamente si trova ad affrontare nella propria traiettoria biografica, e mantenersi adeguati all'inevitabilità della vita — si pone come una possibilità dialogica, un modo per donare valore dialogico alla comunità umana a cui tutti, strenuamente, testimoniamo e attestiamo istante per istante di appartenere.

Buona lettura e fervido dialogo a tutti.

Gian Piero Turchi

Docente di Psicologia Clinica
Università di Padova

Introduzione

Un sistema è più che robusto, è antifragile,
quando lascia sciolte le briglie all'evoluzione
per nutrirsi dell'errore e dell'imprevisto.

Nassim Taleb

Conoscere il futuro per regolare le proprie azioni è da sempre una delle principali ambizioni dell'uomo, che all'inizio ha cercato di realizzarsi tramite divinazione, magia, sacrifici, e poi anche con metodi scientifici che sono sempre più accurati, come nel caso delle previsioni del tempo, ma mai abbastanza da rendere il futuro del tutto certo e prevedibile. Non possiamo definire questo interesse come una futile curiosità, c'è il desiderio di prevedere l'imprevedibile perché nel futuro, si ipotizza fondatamente, si verificheranno eventi temibili, negativi e forse nefasti, come la morte. Ad oggi, per esempio, siamo in grado di prevedere con discreta certezza se nei prossimi giorni poverà, se la temperatura salirà o scenderà.

Esistono modelli teorici matematici che si utilizzano per prevedere l'andamento dell'economia, l'esito di elezioni e altro, però

quanto più lontano si spinge la proiezione tanto meno essa è affidabile. La fantasia della natura e dell'uomo si impegnano poi a smentire sovente qualunque previsione. Eppure tutti noi insistiamo a voler conoscere il futuro con l'intento di mettere ordine nella vita, per esempio appunto vorremmo poter decidere se innaffiare il giardino o aspettare la pioggia, se comprare azioni o buoni del Tesoro, se aspettare l'uscita di un nuovo modello di auto. Per tutti gli aspetti più importanti questo desiderio è rimasto deluso. Per fortuna, bisogna dire, perché, come afferma Constantin Noica, «il disordine dell'uomo è la sua fonte di creatività» (poi aggiunge «l'uomo è l'unica creatura sana, o suscettibile di guarigione, nel mondo»). Ha però il mio consenso solo sulla possibilità di guarigione, se posso leggerla come possibilità di ascesi: non sono d'accordo sull'essere la possibilità di guarigione una unicità dell'uomo). L'apparente disordine del mondo è quindi un potente stimolo della creatività, dell'impulso a mettere ordine, a restaurare l'ordine precedente, a prender spunto dal disordine imprevisto per costituire un ordine nuovo, di maggiore valore.

In verità, il disordine e gli imprevisti, gli eventi non cercati e non voluti sono normalmente *non* desiderati. Tutti gli umani molto presto fanno esperienza del profilarsi all'orizzonte di eventi negativi, di perdita, di sofferenza. Proprio in base a queste ripetute esperienze conquistano la capacità di prevedere, almeno in parte, ulteriori cambiamenti non ricercati.

Ed è, ancora, un'esperienza comune imparare a riuscire ad attraversare la negatività, la sofferenza, la perdita e l'incertezza e scoprire che alla fine è un vantaggio, diventa una risorsa da spendere con speranza di successo quando si tratta di fronteggiare l'incontro con altri successivi eventi, positivi e negativi.

È un apprendimento però che gli uomini per la maggior parte non vivono come stimolo per andare alla ricerca del cambiamento, infatti credo che siano convinti di aver acquisito buone competenze per vivere *nonostante* le prove che hanno dovuto fronteggiare, e non *grazie* alle prove sostenute: per questo si lamentano degli «incidenti di percorso», di grandi e piccole vicissitudini occorse, salvo

poi, per fortuna, riuscire a ricordare soprattutto i momenti belli, compresi quelli che hanno permesso di trionfare sulle avversità!

Certamente sono ben pochi gli uomini che si sentirebbero di sottoscrivere l'affermazione di Emmanuel Mounier, davvero molto forte, «Sono *profondamente felice* di essere passato per la prigione. Il non avere sperimentato la malattia, la sventura o la prigione toglie qualcosa a un uomo» (Mounier, 2011, p. 84).

L'uomo desidera una vita fatta di certezze, di concordanza tra quello che pensa e desidera e quello che effettivamente accade nella sua vita, senza rendersi conto che ciò non è possibile, se non altro per l'essere destinati a morire, evento normalmente *contra spem*: è il contrario del desiderio. Inoltre se si trattasse di una vita tutta prevedibile e prevista comporterebbe una noia crescente, in una visione ottimista, e l'angoscia crescente per l'avvicinarsi della fine della vita, di una vita del tutto soddisfacente, in una ipotesi realistica.

Fare del cordoglio anticipatorio uno strumento per una buona vita, quindi qualcosa di apprezzabile, non è facile, anche per i motivi appena descritti. Lo sarà un po' di più se lo si comprende come una presenza amica, una chance per essere pronti a *stare* nel futuro, atteso o temuto che sia. Un po' come nell'avvicendamento delle stagioni la possibilità di immaginare il clima che verrà ci consente di farci trovare preparati, con gli indumenti appropriati, anche quando la stagione veniente non è di nostro gradimento.

Scopo e argomento del volume

Lo scopo di questo testo è duplice. In primo luogo intende portare in primo piano, all'attenzione generale e degli operatori della salute, una definizione del *cordoglio anticipatorio* che si propone con una visione differente dal prevalente paradigma di pensiero verso il futuro. Il cordoglio anticipatorio è un tema poco noto in generale, discusso in ambiti professionali che non concordano tra loro a causa di visioni diverse.

Proverò a suggerire esempi e strumenti di intervento, strumenti culturali innanzitutto. Intanto, per non lasciare al buio il lettore che fosse ignaro della questione, in breve anticipo che il cordoglio anticipatorio è un costrutto che definisce i sentimenti sperimentati dall'uomo quando accoglie nella mente il pensiero che accadranno eventi futuri indesiderabili, ritenuti quanto meno sgradevoli e a volte catastrofici.

Preferisco attribuire al cordoglio anticipatorio il termine «sentimento», piuttosto che «emozione», per vari motivi. Prendo dal Dvoto Oli 2012 la definizione di *emozione*: «Stato psichico affettivo *momentaneo* che consiste nella reazione opposta dall'organismo a percezioni o rappresentazioni che ne turbano l'equilibrio» (il corsivo è mio). Dalla definizione di *sentimento* prendo due attribuzioni: «1. Momento della vita interiore, pertinente al mondo degli affetti e delle emozioni. [...] 3. La facoltà di compiere determinati atti o di averne la coscienza o il controllo». Se si guarda al *Dizionario etimologico* Rusconi, 2011, troviamo:

Sentimento: affettività della coscienza; modo soggettivo di sentire le cose.

Sentire: ricevere le impressioni degli oggetti esteriori; partecipare emotivamente.

Emozione: proviene dal latino *ex movere*, muovere fuori [qualcosa che è dentro, possiamo immaginare], turbamento.

Senza entrare in disquisizioni filologiche, definire il cordoglio anticipatorio un sentimento apre a un livello successivo a quello dell'emozione, un moto dell'animo che non prevede una reazione di «fronteggiamento» dell'evento, è una reazione involontaria, destinata a esaurirsi o a rimanere nella memoria.

Nel caso del cordoglio anticipatorio, è probabile che resti con una coloritura emozionale negativa e poiché le emozioni negative sono destinate a ripetersi, come sappiamo, il vissuto di negatività promette di rinforzarsi e divenire potente abbastanza da creare un riflesso di rigetto del passaggio da emozione a sentimento, quindi a una capacità reattiva, del cordoglio anticipatorio.

In secondo luogo il testo vuole tentare una presentazione del cordoglio anticipatorio, pensata per sollecitare il lettore a farne un pilastro del proprio modo di conoscere e creare il mondo. Spero così di indurre a rovesciare lo sguardo verso l'esperienza del cordoglio anticipatorio dall'attuale impulso di fuga verso un atteggiamento di accoglienza e di fronteggiamento. Significa abbandonare il timore di perdere una bellezza, effimera, quotidiana, e avere la speranza di possedere gli strumenti per costruirla e goderla ogni giorno.

Il concetto di cordoglio anticipatorio è poco conosciuto nel mondo dei professionisti sanitari e sociali, con l'eccezione di chi si occupa del fine vita, in particolare in oncologia e negli hospice. Neppure in questi ambienti, che pure so essere molto competenti, il cordoglio anticipatorio è ritenuto un tema di cui occuparsi con attenzione e costanza.

Nella quotidianità sono molto numerosi i colloqui, gli interventi, i conflitti che nei servizi socio-sanitari tanto pubblici quanto privati vedono la loro motivazione principale nella sofferenza originata da un cordoglio anticipatorio, senza che esso sia riconosciuto come tale, con questo nome. Con il rischio che gli operatori concentrino l'attenzione sulla domanda esplicita che il paziente presenta, che appare diversa, lasciando un po' sullo sfondo il bisogno profondo sottostante, taciuto perché non ha nome: rimane un concetto, un sentimento indicibile.

Nelle occasioni di formazione in cui ho modo di proporre di riconoscere in situazioni vitali la presenza del cordoglio anticipatorio, i professionisti dopo l'iniziale sorpresa e qualche titubanza colgono con sollievo la possibilità di dare il nome giusto a qualcosa che sperimentano già e spesso lo riconoscono presto come una chance per i loro interventi, anche clinico terapeutici, per renderli più mirati ed efficaci.

Il cordoglio anticipatorio è un fenomeno presente regolarmente nell'arco dell'intera storia naturale umana. Anche questa constatazione può sorprendere gli operatori, perché, non identificandolo

più esclusivamente con il «lutto anticipato» e con gli eventi che caratterizzano il fine vita, vedono cambiare completamente l'orizzonte di senso della storia naturale in cui inscrivere e scoprono quanto rientri a pieno titolo nelle proprie competenze. Infatti, se il fenomeno interessasse davvero solo il tempo finale della vita non rientrerebbe nella sfera di interesse della maggior parte degli operatori che non sono in questo coinvolti professionalmente, almeno fino a quando non ne verranno investiti nell'ambito personale.

Certamente l'applicazione del paradigma di pensiero del cordoglio anticipatorio all'intera storia naturale umana ha conseguenze importanti e riguarda tutti, come persone, come educatori, come membri di una comunità, in misura doppia come operatori della salute.

Vedremo infatti che la risposta ai problemi che hanno il loro fuoco nel cordoglio anticipatorio è affidata senz'altro, in tante occasioni ma non in tutte, ai professionisti della salute. È vero però che funzioni essenziali in questo ambito spettano alla famiglia, alla prossimità¹ di ogni persona e all'intera comunità. Soprattutto se si riconosce all'universo delle persone l'identità di «guaritore ferito», di un maestro accogliente, come si scoprirà nel capitolo 2 dedicato a questa identificazione, attribuendo alla comunità una funzione importante, essenziale, nel fronteggiamento del cordoglio anticipatorio.

La citazione in esergo è di Nassim Taleb, brillante economista attuale, famoso tra l'altro per aver coniato la metafora del *cigno nero*, che si richiama a un animale che un tempo si credeva non esistesse. Pensare all'incontro con un cigno nero era come riferirsi a un evento inverosimile, puramente ipotetico.

Questa sua metafora indica la possibilità reale (anzi, retrospettivamente si scopre che è ricorrente nel tempo) del verificarsi

¹ Come prossimità si intende l'insieme delle persone con le quali si è in contatto per motivi di parentela, vicinato, amicizia, luoghi di frequentazione, condivisione di lavoro, scuola o altre comuni esperienze di vita.

contemporaneo o in stretta successione di un insieme di sfavorevoli congiunture con valenza economica, imprevedibili e perfino improbabili, non connesse tra loro ma i cui effetti si sommano con conseguenze disastrose. Si tratta di congiunture funeste per definizione; a causa della loro rarità sono abitualmente non considerate e non si fanno piani per difendersene. Un esempio recente è la diffusione pandemica del coronavirus Covid-19, le cui ricadute economiche in alcuni Paesi si sono sommate ad altri fattori di crisi, cronici o collegati alla pandemia, creando grossi problemi.

L'ipotesi del verificarsi della somma di eventi che definiamo come «cigno nero» identifica un cordoglio anticipatorio che prevede esiti disastrosi per una intera comunità, per un'azienda. Di fronte a questa ipotesi di norma si sceglie di non prepararsi, non organizzarsi per fronteggiarla, perché farlo è ritenuto troppo costoso e, si spera, inutile.

Per questo motivo quando il cigno nero si verifica è in grado di travolgere l'economia di un'azienda, di un intero Paese. È un evento che si può prevenire o contenere se il sistema economico, l'azienda, direi un qualunque sistema umano, si tutela, secondo il suggerimento di Taleb, *divenendo e mantenendosi antifragile*, comprendendo che essere antifragile è molto più protettivo che essere *robusto* quando si presenta il cigno nero.

Uno striscione stradale può essere robusto ma un vento forte può strapparlo. Uno striscione con tante piccole feritoie è *forse* meno robusto ma *probabilmente* più difficilmente il vento lo strapperà.

Questa metafora rende bene il senso dell'essere antifragile: per l'uomo, per la comunità umana, significa essere preparati a fare fronte al vento più forte e imprevedibile, ben sapendo che il vento, un nome che allude a eventi che non sono sotto il proprio dominio, sicuramente si presenterà prima o poi con tutto il suo impeto.

Non c'è una richiesta di nascere antifragile, anzi il dato di partenza è proprio la fragilità intrinseca alla condizione umana: è su questo terreno che è saggio intervenire. L'uomo è fragile perché è

bersaglio di più fattori di stress, che si possono guardare con occhio più benevolo se si riconosce che sono proprio loro a fornire le informazioni necessarie per non soccombere, quindi arrivano da loro le chance per uscire fortificati da eventi minacciosi, dannosi.

Le proposte di Taleb per difendersi dal cigno nero in economia non si possono trasferire così come sono nell'ambito delle vicende umane ma è certo che anche l'uomo, la famiglia, la comunità, se vogliono prosperare e difendersi dai cigni neri (a volte anche dai cigni grigi o bianchi...), devono lasciare sciolte le briglie all'evoluzione, nutrirsi degli errori — inevitabili — e dell'imprevisto, altrettanto inevitabile.

Per l'uomo singolo e per le sue forme sociali (la famiglia) i cigni neri sono le perdite vitali, per esempio le separazioni, i tradimenti degli amici, le malattie gravi, la perdita del lavoro, la crisi dell'autostima o altre crisi identitarie e infine la morte propria o di una persona cara, quando si accumulano in un arco di tempo troppo breve per riuscire a elaborarle senza esserne travolto. Tutti eventi che seppure imprevedibili sono altrettanto certi, nel senso che alcuni di loro prima o poi accadranno; alcuni di loro segnalano in anticipo il loro arrivo, ciò che è insolito è la loro concentrazione temporale.

Come ben si comprende, il desiderio è di non vedere mai un cigno nero che si abbatte su di noi, ma è molto improbabile che questo desiderio si realizzi, la morte poi è *quasi* sicuramente inevitabile... e nella mia esperienza il suo avvicinarsi è accompagnato molto più del desiderabile da altri problemi.

Quando l'uomo vede approssimarsi un evento negativo, o giudicato tale, gli attribuisce un colore diverso dal bianco, colore più invitante e promettente, fino a raffigurarselo totalmente nero quando l'evento prevede un esito tragico o consta in un sommarsi di eventi che prefigura il dramma totale, finale.

L'uomo nel passato attribuiva la causa dell'evento negativo a qualche divinità che intendeva punire il genere umano per la sua *hybris*, la tracotanza, se non per un suo maligno capriccio, oppure per gli errori o le offese di cui lo riteneva colpevole. Inoltre, quan-

do si viveva in un mondo realmente pieno di pericoli per la vita, come era al tempo dei cacciatori raccoglitori, l'imprevisto assumeva subito l'aspetto della minaccia, e un po' di questo imprinting lo abbiamo portato con noi fino a oggi.

Di fronte a questo quadro che cosa può significare «sciogliere le briglie dell'evoluzione» come suggerisce Taleb? Significa accettare l'esistenza della freccia del tempo, per come può viverla l'uomo, e *godere* della continua possibilità/obbligatorietà di cambiamento, invece di temerla. Di norma l'uomo fa resistenza al cambiamento perché non vuole rinunciare alla bellezza antropologica (nel capitolo 2 si spiega il significato di questo concetto) di cui gode pur senza rendersene conto, senza comprendere che è una bellezza che deve essere costruita e alimentata ogni giorno, perché ogni giorno ci si evolve migrando nel futuro. È possibile credere che davvero la bellezza sia custodita e anzi aumenti grazie al susseguirsi di prove e cambiamenti.

L'atteggiamento verso l'errore e l'imprevisto oggi può (e deve) essere diverso. L'organizzazione familiare e sociale ci offre un tempo congruo durante il quale abbiamo il permesso di compiere molti errori per metterci alla prova, e l'imprevisto ben difficilmente segnala un rischio mortale.

Allora che cosa significa la proposta di nutrirsi dell'errore e dell'imprevisto? L'errore insegna a essere migliori, segnala i punti deboli che richiedono un lavoro per il cambiamento, insegna a distinguere gli amici dai nemici. Per esempio Lewis Hamilton, pilota automobilistico, dopo aver perso un campionato del mondo, superato da un collega meno dotato di lui, ha analizzato tutti i propri errori e ha studiato come porvi rimedio, dopo di che è tornato vincente, più di prima. Non si deve identificare l'errore con il cigno nero, la iattura che rovina la vita, sono piuttosto più rischiosi il rifiuto di agire per paura dell'errore e la rinuncia a reagire *dopo* un errore.

È bene considerare sempre l'imprevisto come un'opportunità, la sua assenza priverebbe la vita di stimoli essenziali. A suo tempo furono la scoperta di una pianta commestibile, di un animale, di uno

strumento per la caccia o l'agricoltura che permisero di migliorare la qualità della vita e prolungare la sopravvivenza. Anche oggi possiamo ricordare quanti matrimoni, amicizie, cambi di casa e di lavoro sono propiziati proprio dall'imprevisto. È vero che ci sono eventi irriducibili a una valutazione positiva ma, proprio come è bene fare in economia, è essenziale diversificare gli investimenti (relazionali). Nel caso dell'uomo e delle sue organizzazioni sociali occorre investire — oltre che su se stessi — sulle persone con cui si è in contatto, che condividono vita e progetti di vita.

Certo ogni storia personale offre, se si vive almeno il tempo di un respiro, motivi di temere di naufragare a causa di problemi di vario tipo, di crisi, di malattie, di distacchi... Volgere la prua e fuggire davanti alla temuta tempesta con l'attesa di restare ancorati al presente in una creduta tranquilla bonaccia non rappresenta la risposta più efficace per raggiungere un nuovo, inevitabile approdo, perché il presente è destinato a essere inghiottito dal volgere del tempo. Solo il succedersi di nuovi approdi offrirà occasioni di realizzare se stessi, di buona vita, di dare significato al proprio esistere.

Attraversare il mare, agitato o in tempesta, è il modo unico per fare esperienza, *empowerment* o, in italiano, acquisire competenza per affrontare i problemi della vita. Si sta nella fatica, nell'incertezza dell'esito e nel timore della perdita: soprattutto si sta nella speranza.

È grazie a questo processo, se agito piuttosto che subito, pensato piuttosto che ignorato, che si sviluppa un senso appropriato del vivere, con l'ordine e il disordine possibili — la giusta alternanza e miscela tra *cosmos* e *caos* — e, grazie a una ragionevole costanza e all'interazione con la comunità, *cosmos* e *caos* si consolidano come valori, come valore e anche come bellezza.

Bellezza perché assicurano capacità di comprendere e di dare senso alla vita, di orientarsi circa comportamenti e relazioni con la comunità umana e il mondo in generale, e proprio per l'armonioso continuativo sedimentarsi di pensieri, gesti e relazioni costruisco-

no la sopra citata bellezza antropologica. Un concetto importante a mio giudizio, su cui come già annunciato si tornerà più diffusamente nel capitolo 2 dedicato alla comunità.

In forza dell'esempio che si offre quando si vive correttamente il cordoglio anticipatorio, e della trasmissione di come si fronteggiano i giorni della vita, la gioia e il dolore, si tramandano con naturalezza e con efficacia alle generazioni successive valori, tradizioni, stili di pensiero e di vita: un buon viatico per i viaggiatori novelli.

Ancora riprendendo Taleb:

Il vento può spegnere una candela e ravvivare un fuoco. Lo stesso avviene con la casualità, l'incertezza e il caos: bisogna imparare ad approfittarne, anziché tenersene alla larga. Dobbiamo imparare a essere il fuoco e a sperare che si alzi il vento. L'aspetto più interessante dell'evoluzione è che funziona grazie alla sua antifragilità. Adora fattori di stress, casualità, incertezza e disordine: per quanto i singoli organismi siano relativamente fragili, il pool genetico trae beneficio dagli shock adattandosi (Taleb, 2013).

Come suggerito da Taleb sottolineo che non conviene espungere dalla vita la dialettica tra *cosmos* e *caos*, più volte servirà parlarne o farvi almeno riferimento indiretto.

Casualità, incertezza, disordine, imprevisto e ignoto sono eventi sostanzialmente indesiderati dall'uomo e come vedremo sono *perturbanti*.

È noto come nell'orizzonte di senso della vita di una persona, di una famiglia, sia ricercato e vissuto come desiderabile un sistema di vita solido, stabile, capace di resistere agli imprevisti, al caso, al disordine e capace di proteggersi dai mutamenti indesiderati. Per questo dare il benvenuto al cordoglio anticipatorio e benedire l'incertezza sembra andare *contra spem*, contro il buon senso e contro le legittime aspirazioni di chiunque.

Eppure tutti sono consapevoli non solo della comune storia naturale, che prevede una nascita, una crescita (quindi una serie di continui cambiamenti, anche molto importanti, rischiosi e vistosi),

ma anche del destino per ogni singola vita umana di arrivare a conclusione, come accade a tutti gli esseri *viventi* e che quindi attende anche me e il lettore.

È difficile allora spiegare perché ai cambiamenti che la vita esige si opponga una così grande resistenza già preventiva, e la spiegazione fornita dalla teoria dell'attaccamento (Bowlby) non può da sola dare una risposta esaustiva. Anche perché la natura, comunque la si voglia spiegare, fornisce di norma gli strumenti necessari per abitare la successione di cambiamenti (*natura non facit saltus*), sia pure non senza trambusto, fatica, e rischi.

L'intento, sano, di mantenere l'omeostasi (concetto radicalmente diverso dalla staticità), l'equilibrio instabile e fragile su cui l'uomo si appoggia, ancora non rende piena ragione della reazione panica, violenta, disperata che troppe volte si scatena di fronte a perdite personali, e di fronte a lutti e perdite che minano davvero la qualità della vita e minacciano il replicarsi della morte. Soprattutto, non offre chance per trasformare in strumenti utili gli eventi, che pure promettono negatività.

L'arte di utilizzare il cordoglio anticipatorio si nutre dell'uso del paradigma del dono, altro tema che verrà trattato nel capitolo 2 dedicato alla comunità, e quando si dimostra efficace a volte la chiamiamo «resilienza», parola in origine attribuita alla capacità di alcuni materiali di assorbire alcuni urti e pressioni senza rompersi e poi recuperare la forma originaria. In psicologia riconosce la capacità di fronteggiare eventi traumatici, di forte impatto negativo. In realtà, a differenza dei materiali, l'uomo (e così la famiglia, una comunità) *non* ritorna allo stato *quo ante*, si modifica, può perdere valore, voglia di vivere... ma ha l'occasione di accrescerlo, il valore, di assaporare di più la vita. Questa differenza materiali/uomo è importante, perché senza il «guadagno» si perderebbe la motivazione a fronteggiare gli eventi.

Ricordo che è proprio aver mentalizzato l'esistenza della morte insieme con la paura della morte e con la difficoltà a fronteggiare il tumulto delle emozioni e dei sentimenti connessi che illumina di

senso il vivere umano (ma forse non è ancora tutta la spiegazione) e che spinge all'azione, alla costruzione di un mondo. Forse con l'ambizione nemmeno troppo nascosta di raggiungere l'immortalità, che è l'obiettivo esplicito del transumanismo e il desiderio di tanti: sono convinto che sarebbe una conquista funesta, quanto meno per ora improbabile e direi nemmeno desiderabile.

L'approccio

L'approccio che questo testo propone per definire il cordoglio anticipatorio e le vie per un suo utilizzo è un approccio di tipo psicologico? O forse è di tipo antropologico/sociale? Potrebbe essere una descrizione puramente pratica, di tipo operativo? Confesso il mio imbarazzo, non avendo una risposta perentoria da offrire al lettore, quanto alle mie intenzioni. Forse si può lasciare in un campo neutrale e forse anche indeterminato. Ritengo d'altra parte che se ci si vuole impegnare in una ricerca orientata sui problemi dell'uomo è bene rifiutare alle singole discipline e teorie la funzione di rigide «guardie confinarie» e misurarsi invece con tutti i contributi disponibili.

Confido che altri vorranno approfondire il tema e quindi trovargli la giusta collocazione e che in questo modo possa essere sentito compatibile con approcci professionali diversi, senza entrare in conflitto con essi.

Oso sperare che persone competenti soprattutto in campi come le neuroscienze prendano spunto da questa mia proposta e, raccolta la sfida, riescano ad avanzare una formulazione più articolata e completa.

La competenza nel fronteggiamento del cordoglio anticipatorio è una funzione processuale, si può sviluppare solo nel tempo, anzi in tempi lunghi, prima di divenire una risorsa stabile. Questo avviene perché è un fronteggiamento che origina da una sofferenza esistenziale e, come vissuto della persona, ne causa inizialmente un incremento.

Un'ottima descrizione della sofferenza esistenziale la offrono Ambroset e Orsi:

Una condizione di sofferenza globale in cui, anche in assenza di sintomi dolorosi di carattere fisico (o comunque di fronte a un dolore fisico ben controllato) e anche in presenza di un sistema di relazioni umane e affettive adeguate, di adesione a valori spirituali e/o religiosi, la persona sperimenta un'angoscia profonda in cui gli scenari di senso precedenti perdono la loro pregnanza. In questa cornice di base si manifestano stati emotivi che rendono insopportabile per la persona il tempo da vivere nel passaggio dalla vita alla morte (Ambroset e Orsi, 2017, p. 50).

La descrizione fa riferimento al «qui e ora» della persona, è chiaro che la sofferenza può nascere dall'evidenza della condizione presente quanto dalla prefigurazione di una condizione futura. Per non lasciare dubbi, ricordo come alcune persone scelgano di rinunciare alla vita perché hanno perso il lavoro o un affetto, evenienze molto diffuse. L'impulso suicidario è rafforzato dalla convinzione di non poter mai più ritrovare un lavoro o un affetto. Quando, a volte, si perdono ambedue in un breve arco di tempo, la persona è investita da un cigno nero. L'assenza di altri legami e valori e identità forti, che sostanziano l'antifragilità, aumenta il rischio di gesti disperati e comunque la disperazione.

Occorre poi ricordare che esistono forme più sfumate, meno drammatiche di sofferenza esistenziale, che possono essere approcciate con stati emotivi molto più controllabili. Anzi è proprio l'esercizio del fronteggiamento di queste forme più sfumate e certamente anche molto più frequenti che conferisce al cordoglio anticipatorio, con la sua continuità, il carattere processuale, di continuità e di familiarità, una caratteristica importante, come presto si dimostrerà.

Sono altresì importanti i significati che la persona dà ai propri gesti, gli schemi mentali di lettura degli eventi, che hanno un legame con gli schemi familiari appresi e le emozioni che alla fine «guidano» la scelta tra agire e non agire e quella di come agire.

Cordoglio anticipatorio e futuro: una proposta

Centrerò l'attenzione del lettore, in funzione dell'obiettivo del libro, sul modo di affrontare eventi che le persone vivono solitamente come prevedibilmente negativi, come perdita, prima ancora che si realizzino. Sono eventi che in funzione dell'esperienza personale, forse più spesso a causa dell'*assenza* di esperienza personale, agitano l'interessato che prevede esiti negativi, a volte tragici.

Certo la reazione personale di volta in volta può essere proattiva in cerca di una soluzione, oppure di fuga o ancora di disperazione... comunque l'uomo è di fronte a un impatto emozionale negativo, a una sofferenza, per quanto possa tentare di negarlo a se stesso.

Questo sentimento negativo correntemente non trova una definizione esplicita, un nome che aiuti, definendolo, a circoscrivere l'argomento e da lì partire per fronteggiarlo con la maggiore efficacia possibile.

Le circostanze, l'età, la cultura, la competenza che l'ambiente di vita ha trasferito al singolo e altri fattori soggettivi determinano secondo una valutazione personale la positività/negatività di quanto incombe. Per esempio, segnali che preannunciano una gravidanza sono accolti come positivi dalla coppia che desidera figli, come preoccupanti in un momento ritenuto intempestivo e come dramma dopo una violenza.

Alcuni di questi accadimenti costituiscono un evento unico (menopausa, pensionamento, orfanità...) e non è possibile averne esperienza diretta prima del loro verificarsi, è solo possibile fare ricorso al rispecchiamento in eventi altrui corrispondenti o similari. Per altri (licenziamento, malattie tumorali, separazioni affettive...) accade, per qualcuno, che l'esperienza si ripeta.

Ancora, quando si profilano alcuni eventi, come pensionamento e menopausa, la previsione personale, per la soggettività appena detta e per il contesto, fa vivere l'attesa molto diversamente, come è ben noto. Per esempio, il pensionamento che libera da un lavoro molto faticoso e ingrato è spesso una lusinga. Salvo, a breve distanza dalla realizzazione del sospirato evento, sentirsi travolti

dalla noia, dal rimpianto, dalla perdita di un valore identitario che non trova reintegrazione in altre identità. In sintesi, eventi che cambiano la vita sono interpretati dalle persone con coloriture affettive molto differenti ed è tutt'altro che raro che la situazione proponga scenari inattesi, ben differenti dalle previsioni, causando sconcerto e problemi impensati, più raramente sorprese piacevoli, vantaggi e soddisfazioni.

In definitiva, le persone si preparano all'avanzare del futuro con criteri che non sono sempre i più appropriati ed è possibile fare molto per migliorare la situazione.

La proposta è quella che segue, descritta per tappe successive. Riconoscere:

- che il ricorrente, frequente profilarsi e poi spesso l'avverarsi di eventi negativi è parte integrante e fondante dell'esperienza umana;
- che inevitabilmente suscita negatività;
- che dalla consapevolezza di questa condizione è possibile trarre profitto più che dall'ignorarla o dal negarla;
- che questa esperienza vitale merita un nome, non equivoco e che possa essere familiare per tutti, per non averne paura e per poterne parlare (farne narrazione, come si vedrà) con cognizione di causa;
- che il nome appropriato, infine, è *cordoglio anticipatorio*.

Perché la scelta di scrivere un libro sull'argomento e dare un nome? Per provocare un cambiamento di cultura e aumentare le possibilità di una buona vita per le persone, attraverso la rigenerazione della comunità. Ricorda Adriano Favole (2018, p. 20): «La cultura è un insieme di filtri e di lenti che non sono già presenti nell'individuo, ma che acquisiamo nel contesto del nostro agire sociale».

Accettare questo cambiamento consente un approccio proattivo per la *generalità* dei problemi che l'uomo affronta lungo il corso di *tutta* la sua storia naturale fino ad arrivare al tempo finale di questa vita.

Sono arrivato a formulare questa proposta grazie al confronto per lunghi anni con situazioni molto differenti: inizialmente medico in reparto ospedaliero di medicina generale, poi responsabile di un servizio per le dipendenze e l'alcolismo, operatore e formatore nei gruppi per i problemi alcol correlati ideati dal professor Hudolin (mio grande maestro) e infine nel servizio creato per le persone in lutto in seno alla ONLUS e fondazione ADVAR di Treviso, passando anche per esperienze rilevanti nei gruppi dedicati alle donne operate per tumore al seno e di separati/divorziati credenti.

È stato un percorso scandito da formazione ed esperienze condotte in campi differenti, che mi ha consentito di esplorare molti mondi di lavoro sanitario e sociale, di confrontarmi con impostazioni scientifiche e culturali differenti e di offrire come docente quanto acquisito dalla relazione con individui in difficoltà e rielaborato progressivamente fino a farne uno strumento per il servizio alle persone.

L'attività in front office come operatore della salute mi ha costretto ad aprire la mente a condivisioni ravvicinate di sogni e bisogni umani originali, di ostacoli *normali* da affrontare («normale» qui ha solo un significato statistico...) e di singolari, complessi riti di passaggio agiti da alcune persone, per esempio: passare da bevitore con problemi a persona sobria e poi, proseguendo il percorso formativo ed esperienziale, a facilitatore di gruppi Hudolin (la denominazione corretta di *questa* funzione di facilitazione è «servitore insegnante»). Questo percorso è esemplare: dimostra inequivocabilmente che il rito di passaggio ha la funzione di restituire alla comunità persone che dopo aver attraversato esperienze negative diventano risorse per tutti.

Anche i riti di passaggio, così come descritti dall'antropologia, entrano nella trattazione perché nel mondo, soprattutto occidentale, sono in crisi o in trasformazione. Molto spesso le famiglie e le persone non apprezzano il loro approssimarsi come una festa di comunità, un impegno dovuto, o almeno un traguardo *normale*. Li vedono piuttosto come minaccia, turbamento di un equilibrio

fragile; li vivono appunto come se si trattasse di un cordoglio anticipatorio, una perdita che tende a rimanere bloccata senza chance di evoluzione perché nemmeno sufficientemente narrabile, quando il rito è negato o non riconosciuto.

Se la narrazione critica manca, si allontana anche la possibilità di tornare ad acquisire il rito di passaggio come valore e strumento di vita. Ritengo un segnale esemplare di questa difficoltà l'indifferenza, a volte l'ostilità, verso l'istituzione matrimoniale da parte di coppie affiatate. Certo la scelta di sposarsi deve essere libera e spontanea. Non è la crisi economica, per esempio, che trattiene le coppie nella convivenza e non permette di sposarsi, è l'impaccio di uno stile di vita che poco è cresciuto attraverso l'adempimento dei riti di passaggio che accompagnano nell'adulità e sono la dote, la premessa per i riti di passaggio successivi, matrimonio compreso. Un tempo qualcuno si sposava a malincuore, per evitare un giudizio morale della comunità, e non era buona cosa. Oggi forse più di qualche coppia si astiene dal rito per disinteresse per quanto rappresenta per la comunità: legittimo, certo, ma viene a mancare un contributo al benessere generale.

In tanti anni di servizio professionale ho avuto il privilegio di raccogliere dalle persone interessate un gran numero di narrazioni motivate da un problema acuto di salute o di vita, narrazioni proseguite per diversi anni. Alcune continuative, altre con pause e ritorni. Ho condiviso così la storia naturale anche dopo che il problema che ci aveva fatto conoscere era stato superato, con il profilarsi o l'imporsi di nuovi problemi, che non sempre le persone hanno preso in considerazione per tempo o che non hanno scelto di fronteggiare con le migliori risorse a disposizione.

È stato un punto di condivisione e osservazione privilegiato, soprattutto negli ultimi venti anni di servizio volontario dedicato alle persone in lutto, servizio svolto in seno all'ADVARE, che dal 1988 si prende cura delle famiglie con un malato oncologico in fase terminale, a domicilio e in un hospice. Oggi naturalmente *ope legis* accoglie malati terminali tout court. Nel 1999 è stato attivato un

servizio di accoglienza e presa in carico di persone dolenti (il termine tecnico che definisce le persone in lutto) per un qualunque lutto e prevede l'offerta di colloqui personali, di gruppi basati sui principi del mutuo aiuto e di varie altre azioni.

Di questo servizio fino a oggi hanno beneficiato più di 2.500 persone; numerosi professionisti e volontari hanno usufruito dei ricorrenti percorsi di formazione specifica, iniziati già nel 2000.

In questo ambito, insieme ai colleghi che compongono l'attuale équipe, accolgo narrazioni che spaziano a volte partendo fin dall'infanzia, transitano per il tempo della felicità di coppia/famiglia, per arrivare al tempo della malattia e dell'angoscia, fino ad atterrare sul duro momento del lutto, con il peso aggiuntivo del confronto con un futuro in bilico tra incertezze allarmanti che destabilizzano e certezze minacciose che deprimono.

Un passaggio focale durante i colloqui sta nel ragionare di come e perché vivere nel tempo del lutto. Spesso nella narrazione dei dolenti è un tempo descritto come punto di arrivo di un percorso accidentato, di prove superate che molto hanno insegnato, ma... Ma non è stata mai abitata l'identità di vedova, orfano... irrompono spontaneamente quelle identità nuove, che la vita presente pretende o minaccia, nel critico momento di svolta della vita che ha spinto il dolente all'incontro. Un esempio struggente di queste ultime è la prospettiva per giovani donne, vedove e madri, di non poter supplire la funzione genitoriale del defunto marito, ritenendosi non all'altezza della situazione: immaginano per questo scenari familiari disastriati, figli allo sbando e insolubili problemi esistenziali personali. Senza contare la perdita sostanziale di una vita sentimentale e sessuale, che finché si è dolenti si dà per certo come aleatoria o mai più recuperabile.

I racconti retrospettivi spaziano dall'incapacità personale di fronteggiare emozionalmente l'avvicinarsi dell'evento temuto (e per questo si tenta di ignorarlo, respingerlo) al muro di silenzio (anzi a volte di aggressività) alzato su questo argomento da tanta parte dei professionisti consultati, anche se competenti professio-

nalmente e «umani». Per chiarire la natura di questa aggressività ricordo, come suggestione e metafora, che nella lingua ebraica «silenzio» e «aggressività» si scrivono allo stesso modo: allora il silenzio dei professionisti che non riconoscono e non dialogano con il fiume in piena dei problemi di vita è vissuto come violenza.

Nel racconto dei dolenti c'è spazio anche per narrare degli scambi pregressi e presenti con la prossimità, descritta magari come capace di vicinanza e aiuto concreto, che però quando si tratta di rispondere alle domande sul futuro offre risposte stereotipate, che nulla mettono in movimento e non accolgono i bisogni emozionali e di narrazione connessi con l'ansia, l'angoscia, la reazione depressiva suscitate dalla rappresentazione mentale dell'avvicinarsi di perdite così importanti da mutare, annichilire l'identità e il senso del vivere. Significa che le risposte sono mediamente del tipo: «Con il tempo tutto si aggiusterà», «Vedrai che ce la farai», «Per fortuna hai la salute, hai altri figli», utili solo a disorientare il dolente, a insinuare sensi di colpa se sente di essere manchevole rispetto alle (insensate anche se bene intenzionate) richieste di essere all'altezza a ogni costo.

È esattamente questo insieme di premonizioni, timori e certezze di negatività (presunta), problemi pratici e stress emozionali, difficoltà personali e collettive di fronteggiamento efficace di eventi futuri che definisco *cordoglio anticipatorio*. Si tratta di una condizione umana universale, legata alla storia naturale, quindi ai problemi di vita e di salute e non solo al tempo del lutto o della malattia terminale, anche se qui portate come esempio «classico».

Per svelare completamente che cosa è il cordoglio anticipatorio desidero partire da una caratteristica di noi uomini intesi come *soggetti nomadi*, ancora oggi e sempre. Nomadi in senso geografico, come sempre è stato, nomadi soprattutto e inevitabilmente come pensiero, cultura, percorso di vita: si muore molto diversi da come si è nati, dopo aver molto viaggiato con la mente e con il corpo e dopo molte ibridazioni e cambiamenti (si veda successivamente la riflessione sull'epigenetica).

Una rappresentazione plastica di questo nomadismo la offre Motus, compagnia teatrale piuttosto nota (con radici anche italiane: Enrico Casagrande e Daniela Nicolò sono i fondatori), con le sue ricerche sul campo e i suoi spettacoli — al presente, *Panorama*. La loro riflessione, che condivido, ci consegna alla contaminazione reciproca e continua tra corpo, vita, idee, azioni. Per questo l'identità, anzi la costellazione identitaria, è nomade, non è e non può essere statica. Inutile e svantaggioso tentare di tenerla ferma.

La vita è come una barca che discende un fiume veloce, a volte tumultuoso, con rapide e cascate, con tratti lenti, percepiti come monotoni. Impossibile fermare la barca, conviene piuttosto viaggiare con qualche mappa, se possibile insieme con buoni compagni di viaggio, e cercare di indirizzare lo scafo per evitare gli scogli più pericolosi. Fornirsi di bussola/GPS, buoni remi, salvagente... insomma avere strumenti adatti è una buona strategia per arrivare al termine naturale del viaggio, padroneggiando per quanto possibile gli eventi.

Spero di trovare un consenso generale su questa metafora della vita, sugli strumenti per viverla. Il contatto, però, con l'esperienza quotidiana delle persone rivela che i comportamenti coerenti con l'assunto non sono la costanza, soprattutto quando si è costretti a viaggiare verso mete indesiderate. Mi è occorso un po' troppo spesso di incontrare persone normali che all'avvicinarsi delle rapide hanno preferito buttar via mappe, bussola e tutto, volutamente ignorando il pericolo imminente per concentrarsi, o meglio fingere di concentrarsi sul presente. Troppo spesso mi è occorso. Per questo ho ritenuto utile cercare di capire le motivazioni di questi comportamenti fallimentari, il modo di inquadrarli, soprattutto di capire con quali strumenti consentire alle persone di fare scelte differenti e più efficaci.

Fin da subito l'attenzione si concentra su condizioni di vita assai impegnative già studiate, cui si attribuisce un nome, come lutto anticipato, lutto anticipatorio, cordoglio anticipatorio... È possibile ritrovare materiale nella letteratura scientifica, soprattutto anglosas-

sone. Già intorno alla metà del secolo scorso s'inizia a inquadrare i fenomeni con definizioni e metodologie scientifiche, ma... sembra che tutta o quasi l'attenzione dei ricercatori e dei clinici sia investita su quanto accade in presenza di situazioni di salute gravi, minacciose per la vita, mortali, come se tutti gli avvenimenti precedenti non offrissero indizi suggestivi e forse una chiave valida per interpretare il comportamento e i fenomeni che accompagnano il fine vita.

Struttura del volume

Il libro è dedicato a un solo argomento, il cordoglio anticipatorio, alla ricerca di una descrizione sufficientemente ampia e comprensibile, esaminato nel suo significato nella vita dell'uomo. Ad alcune aree di vita e salute specifiche è dedicata una ricerca e proposta di fronteggiamento del cordoglio anticipatorio, proposta dedicata a tutti coloro che sono coinvolti e non solo ai professionisti. Per questo, nei limiti del possibile, il linguaggio è tecnico solo per quanto ritenuto strettamente necessario.

In una prima parte si descrive il cordoglio anticipatorio, il suo meccanismo di funzionamento generale. La descrizione prosegue con il significato per l'identità personale e della comunità locale in cui ognuno vive, e il senso specifico per gli operatori della salute.

Segue una traccia per il colloquio, l'incontro tra la persona che chiede aiuto per un suo problema e un professionista (ma anche un volontario). Colloquio finalizzato alla ricerca delle soluzioni possibili per il problema, che si possono trovare in un paradigma di pensiero originale, innestato sulle conoscenze già note. Chiude questa prima parte una riflessione sull'identità in relazione al cordoglio anticipatorio.

Nella seconda parte si propone un capitolo per diverse aree di intervento: minori, anziani, persone in lutto, famiglie in cui è presente la disabilità; un breve capitolo per gli animali da compagnia, oggi più che mai presenze affettivamente molto importanti all'interno delle famiglie, soprattutto se sono monocomponenti.

sere preparate al fronteggiamento delle sollecitazioni e delle risposte, tecniche, ma soprattutto umane e relazionali che sono evocate.

Gli operatori della salute e il cordoglio anticipatorio

Quando si parla di operatori e cordoglio anticipatorio è naturale in prima battuta pensare agli operatori della salute, comprendendo in questa categoria professionisti differenti per formazione, per ambito lavorativo, per i contenuti delle loro relazioni di front office. Altrettanto vale per i volontari che agiscono a contatto con persone che hanno problemi di salute. Il suggerimento è di includere molte altre professioni, arti e attori come amministratori, politici, dirigenti e altri ancora, per esempio chi lavora per le onoranze funebri, insegnanti, religiosi. Le motivazioni di questa inclusione saranno presto proposte, in questo stesso capitolo.

Perché dedicare uno spazio apposito al cordoglio degli operatori front office? Certamente per loro valgono, in quanto persone, tutte le affermazioni proposte nei capitoli precedenti e che verranno fatte in alcuni dei successivi. Le loro funzioni però richiedono una competenza specifica nel fronteggiamento del cordoglio anticipatorio altrui. Inoltre il loro servizio in front office li espone con continuità inesorabile a una lunga catena di cordogli anticipatori. È intuitivo comprendere che sono soggetti a un sovraccarico di pensieri, emozioni e premonizioni, un sovraccarico cui non si può sfuggire.

Il tema del cordoglio anticipatorio riguarda, proprio perché coinvolge tanto l'area personale quanto quella professionale, oltre agli operatori della salute, un po' tutti coloro che lavorano. Per fare degli esempi concreti, basta pensare al cordoglio anticipatorio di chi si rende conto che la ditta per cui lavora è destinata a chiudere, o che con il pensionamento verrà escluso dal mercato del lavoro e dalle identità connesse alla qualifica professionale, all'essere collega di altri, l'essere un subordinato o un dirigente, membro o no di un certo sindacato, ecc. Ricordo la narrazione di mio padre, riferita

a un collega d'ufficio in un grande ente, che tenne per sé gelosamente tutte le pratiche di lavoro, sperando così di essere trattenuto in servizio oltre la data prevista per il suo pensionamento, cosa che non avvenne. È facile immaginare che simili comportamenti, soprattutto a certi livelli di competenza e funzione, implichino delle conseguenze negative per il lavoro, in particolare per chi subentrerà nella funzione così ferreamente presidiata.

Quanto detto sopra serve per far comprendere come il tema del fronteggiamento del cordoglio anticipatorio altrui tocchi trasversalmente la società. Insisto su questo tasto perché, al contrario, il mancato riconoscimento o il rifiuto di fronteggiare il cordoglio anticipatorio permea un po' tutto l'agire umano.

Significa, per fare un esempio concreto, che certe scelte di lavoro di un'assistente sociale di un Comune, motivate dalla relazione con cittadini che hanno espresso il loro cordoglio anticipatorio, facilmente saranno incomprese, forse trascurate o osteggiate da dirigenti amministrativi, assessori, sindaco, perché con lo sguardo fisso sul presente/urgente non riescono ad avere una visione del futuro capace di comprendere e accettare le positive implicazioni di certe scelte, viste in un arco di tempo medio-lungo.

Citando un esempio di vita reale, il repentino avvicinamento di operatori in un front office impedisce agli utenti, che a volte sono in grave difficoltà per problemi psichici o di disabilità, di vivere ed elaborare la perdita dell'operatore di riferimento, e chi decide il turnover non è in grado di valutare l'aspetto costi/benefici confrontato con un criterio differente da quello della copertura formale delle ore di funzionamento del servizio.

Questa riflessione ha un certo peso: eventi del genere (o simili) sono purtroppo ricorrenti, e gli operatori, spesso anche senza possedere un riferimento metodologico ascrivibile al cordoglio anticipatorio, ben conoscono la necessità di preparare il futuro, e vivono la frustrazione della perdita di efficacia e continuità del proprio servizio e del mancato riconoscimento della loro competenza nel proporre criteri, tempi, modalità di lavoro.

Forse offrire una spiegazione razionale, un criterio universale, dare un nome e una scientificità alla loro conoscenza pratica, oltre che al loro sentire, potrebbe permettere un dialogo diverso con i centri decisionali e avere come risultato un maggiore investimento sul futuro.

Voglio sottolineare con forza che gli operatori devono spesso fronteggiare il cordoglio anticipatorio di un previsto rifiuto o interruzione delle loro proposte, dei loro progetti personalizzati, dedicati a fruitori che presentano problemi cronici, complessi, con prospettive evolutive preoccupanti. Si tratta di un cordoglio aggiuntivo, che ferisce la loro identità e dignità professionale, oltre a quello che suscita il mancato successo del lavoro pratico, magari a lungo pazientemente perseguito, e messo a rischio se non definitivamente compromesso da decisioni altrui.

È per questo che reputo giusto e opportuno che l'operatore, quando si trova a fronteggiare situazioni di cordoglio anticipatorio impegnativo, si preoccupi di ampliare le relazioni professionali includendo per quanto possibile nel progetto di «cura» le relazioni significative degli interessati, la prossimità e anche la comunità di riferimento, che deve sempre ritenersi responsabile, in senso proprio, etico e umano, del benessere dei suoi membri.

Certamente l'obiettivo è la miglior riuscita del progetto specifico, che riguarda la persona oggetto delle sue cure, e l'educare a poco a poco la comunità tutta a includere nel proprio paradigma di pensiero sull'arte del vivere anche il cordoglio anticipatorio. C'è la possibilità che il progetto specifico non vada a buon fine, non tutto però andrà perduto se il lavoro sarà almeno servito a una crescita delle persone che sono state coinvolte nella relazione.

A proposito di progetti di lavoro non andati, secondo le intenzioni degli operatori, a buon fine, va ricordato che anche i progetti valutati come positivi hanno spesso come rovescio della medaglia una separazione, il distacco definitivo tra il «cliente» e l'operatore. A volte è inevitabile, come nelle RSA e nelle cure palliative, altre volte è desiderabile, come può essere in ospedale per fine cura o in una

casa circondariale per fine pena e, universalmente, dentro i percorsi scolastici, come studenti, genitori, docenti. Sono distacchi o separazioni che «costano» ai protagonisti fatica, malumori, ansia da separazione, e per questo accade talvolta che proprio non vengano agiti, prolungando indebitamente la relazione. Per quanto possa sembrare incredibile, ci sono alcune persone che vivono meglio in condizioni di detenzione piuttosto che in libertà. Riferito agli operatori, specie se liberi professionisti, li si accusa di speculare, di trattenere il cliente per conservare una fonte di reddito, o altrimenti una sinecura per non farsi carico di un nuovo caso, o ancora di non essere oggettivi e decisi nel valutare i risultati, la conclusione del proprio lavoro. Similmente, alle persone che usufruiscono del servizio si attribuisce insicurezza, mancanza di maturità, dipendenza, transfert eccessivo. Certamente tutto questo accade, però è più corretto, invece di giudicare con un discutibile a priori i comportamenti altrui, riflettere e cercare un'interpretazione capace di offrire ai protagonisti una soluzione per il qui e ora della singola relazione interpersonale e per una lettura del pensiero e dei comportamenti più rispettosa della complessità e della verità profonda del nostro vivere.

Fronteggiare meglio separazioni e distacchi, inevitabili o comunque occorrenti, aumenta l'efficacia del lavoro, migliora l'autoestima, la *self competence*; si può inoltre ipotizzare che comporti una riduzione del problema costituito dall'accumulo progressivo di negatività che si produce fisiologicamente nel teatro lavorativo.

Certo è l'effetto di qualche fallimento professionale, ma deriva anche da lutti veri e propri, dai distacchi e dalle separazioni più o meno fisiologici, che comportano inevitabili perdite relazionali orizzontali (tra colleghi), trasversali (cambi di lavoro o di sede, di funzioni e risorse...) e verticali (progressioni gerarchiche ottenute o sfumate e perdute, incarichi specifici assunti o lasciati, pensionamento/distacco di persone vissute come autorevoli, protettive o almeno amiche).

Senza dimenticare la sinergia con perdite e lutti gravanti nella propria storia naturale, un gravame che di norma tende ad accentuarsi con il trascorrere degli anni.

Serve positività per bilanciare queste negatività e il malessere che le accompagna, serve positività per bilanciare la negatività portata dalle persone fruitrici del servizio. Uno strumento efficace in tale senso è la supervisione. Non è però una risorsa a disposizione di tutti gli operatori. La sua funzione è anche prevenire il burn out, ma non è la principale. Soprattutto la prevenzione primaria è impedire che la positività con cui l'operatore normalmente approccia il proprio servizio si disperda.

A questo scopo all'operatore serve entrare in risonanza affettiva oltre che cognitiva con le persone con cui si interfaccia. È una competenza professionale molto desiderabile e appropriata. Non deve divenire solo assonanza o consonanza, per evitare l'appiattimento sul punto di vista dell'altro, sul suo sentire. Nemmeno può divenire dissonanza, contestazione, non prima almeno di aver riconosciuto l'architettura di pensiero e di aver accolto le motivazioni originali che agitano la persona. Significa accettare di scendere nel «giardino» dell'altro senza pregiudizi e di elaborare insieme un progetto di coltivazione, con l'intenzione di ripristinarne la bellezza, ahimè a volte lacera e dispersa: ecco ciò che consente ripensamenti, potature (delle proprie intenzioni e del proprio potere), trapianti e quanto altro serve perché la bellezza sia autentica e sufficiente per una buona vita.

L'avvicinamento del personale in front office, evento ricorrente e inevitabile, ha effetti potenti su persone fragili, come anziani, disabili, malati gravi... persone con problemi di vita importanti, che vedono l'operatore come il proprio accompagnatore, Omero, come vedremo.

Il passaggio di consegne deve perciò essere gestito e preparato, non affidato al caso o al momento ultimo del congedo. Prepararlo però, per l'operatore che lascia, significa fare i conti con il proprio cordoglio anticipatorio della separazione imminente e accettare l'incertezza di ciò che troverà. In alcuni ambienti, con persone che a motivo della loro condizione sono più svantaggiate della media nel fronteggiamento degli eventi, quindi anche del cordoglio anticipatorio, proprio la gestione di un evento fisiologico, com'è quello del turnover del personale, ha il potere di costituire un *em-*

powerment prezioso, da spendere anche per altre circostanze... se il personale che subentra lo coltiva. Per esempio, in un ambito di disabilità, prevedere e gestire il distacco da un operatore che andrà in pensione contribuirà a preparare il distacco da un genitore anziano.

Questo è anche il modo corretto di proporsi, certo idealizzato, di chi intende dedicarsi al bene dell'altro. È la speranza delle persone di cui ci si fa carico quando entrano in relazione con l'operatore. È una relazione di norma non quotidiana, nemmeno negli ambiti residenziali, ma è innegabile una continuità di tipo spirituale, mentale: si è presenti l'uno nei pensieri dell'altro.

Una possibilità affascinante, potente... ma che non è in grado di soddisfare il bisogno, quando la situazione è molto incerta e dinamica e la persona dovrà fronteggiare da sola eventi solo in parte prevedibili e con un potenziale emozionale dirompente. Anche le prescrizioni dell'operatore, quando fossero opportune, non danno garanzia sul fatto che saranno rispettate e sulla loro possibile efficacia.

La soluzione è prevedere i possibili eventi negativi che la persona incontrerà e offrire, oltre ai compiti da svolgere, strumenti di riflessione e di preparazione agli eventi. L'operatore è in grado di prevedere le difficoltà che si incontreranno sulla via della soluzione dei problemi, perciò accompagna, più ancora che con la soluzione, con l'offerta di strategie di *empowerment*.

Tutto questo è risaputo, solo si evidenzia come la capacità di mentalizzare delle previsioni positive e negative sia un tratto professionale *normale e necessario* dell'operatore.

Javier Cercas, nell'intervista pubblicata su «La lettura» dell'11 settembre 2016, afferma che «la finzione salva, la realtà uccide» e cita T.S. Eliot: «Human kind cannot bear very much reality», «La specie umana non può sopportare troppa realtà».

«Perché è brutale, noiosa, insufficiente», chiosa Cercas. La finzione, offrendo uno sguardo differente, permette di immaginare se stessi, la propria vita, in contesti e relazioni diversi. È un me-

mento che non saremo e non vorremmo essere sempre nella stessa condizione, che il cambiamento è certo e spesso vantaggioso. Destreggiarsi con la finzione abitua a costruire mentalmente scenari differenti, a modificarli, a sentirsi dentro, emozionalmente e affettivamente e anche operativamente, in una condizione differente. Abitua a essere disponibili a vivere diversamente, a non sentirsi a disagio di fronte a prospettive di vita perturbanti. Esercitarsi nella finzione proiettiva nel futuro, nella forma proposta da Cercas, di immaginarsi in altri contesti di vita, ha valore propedeutico anche per la gestione del cordoglio anticipatorio perché aumenta la familiarità con scenari di vita differenti, con conseguente riduzione del perturbante.

Ricordo la lettura di Bauman di una prevalente condizione di «società liquida» per trarne delle conseguenze. Una società liquida genera legami lassi, sentiti e agiti come provvisori, temporanei, senza un futuro certo. Non c'è il tempo di generare riti stabili, di ripetere gesti che, per quanto laici e inerenti questioni molto terrene, producono bellezza, e costruiscono la cornice in cui tessere narrazioni *orizzontali* per scambi con la comunità di appartenenza e narrazioni *verticali* per legare l'orizzonte temporale del presente con passato e futuro.

Da riti incerti nasce una scarsa confidenza con gesti di valore esistenziale, che sono deputati alla creazione/manutenzione della bellezza e della spiritualità.

La società liquida offre poche chance di identità forti e un nugolo di altre identità che stentano a fare storia, labili tanto da non poterle lasciar andare, perché c'è il fondato timore che non potrebbero essere recuperate. Anche quelle di maggior peso hanno limitata possibilità di manutenzione e l'idea di una separazione, se non dell'abbandono, genera panico per la successiva povertà identitaria che lascia intravedere.

Questo è uno tra i motivi che spiegano il tentativo, così diffuso, di sfuggire alle domande che un cordoglio anticipatorio propone. È inutile suggerire di fronteggiarlo se la proposta non è accompa-

gnata da strumenti di uso agevole che offrono come risultato una vita di «liquidità contenuta», affinché non tutto il senso del vivere scompaia tra i flutti.

Uno di questi strumenti è la stabilità e la continuità della relazione con l'operatore. Se le persone si confrontano con un turnover di operatori rapido e soprattutto *non* gestito esse avranno la conferma che la liquidità è irrevocabile e il fronteggiamento del cordoglio anticipatorio impossibile.

Il rinvio?

Posticipare le scelte nell'immediato può dare un sollievo, ma prostrarle all'infinito è devastante. Il filosofo americano John Perry ipotizza una «procrastinazione strutturata» per un fronteggiamento efficace delle proprie incombenze. Dubito, come molti, dell'efficacia strategica di questa proposta.

Certo, fa riflettere il suo (relativo) successo: seduce l'idea, travisando la proposta, di poter prendere tempo e posporre le scelte, fingendo a se stessi che ci possa essere sempre, indefinitamente, la possibilità di risolvere i problemi.

È diverso il gesto del rinvio perché si vuol avere un tempo utile per riflettere e decidere in seguito all'acquisizione delle informazioni necessarie e dopo aver previsto i tempi propizi per passare all'azione nel frattempo scelta.

C'è un vantaggio, per esempio, se si temporeggia mentre si preparano tempi migliori, come fece il generale romano Quinto Fabio Massimo, detto appunto «il temporeggiatore», che aspettò prima di dare battaglia ad Annibale per avere il tempo di reperire i soldati necessari per vincere e nel frattempo logorare le forze del nemico. Però nel cordoglio anticipatorio non c'è un nemico da sconfiggere. C'è la vita da vivere da vivi, con i cambiamenti, le incertezze, i tempi e le scadenze a tutti ben noti. È il caso di ricordare l'amonimento in rima di Bartolomeo Corsini: «Chi non coglie in sua stagion le frutta / marce le sputa e per la via le butta». La metafora della frutta suggerisce di considerare il fattore deperibilità im-

minente non come pura perdita ma come dono presente, solo ed esclusivamente presente, e speranza di arrivare in tempo per preparare confetture o a farne dono a chi non ne ha.

Ha senso ragionare su una concezione di speranza, sostenuta dall'intuizione che questa si esprima non nell'attesa ma nella sfida della comprensione e nell'esperienza della relazione? (Costanzo, 2015, p. 246).

Esiste una esortazione appropriata, molto nota:

[...] noi scienziati sociali, faremmo bene a tenere a freno la nostra fretta di controllare un mondo che comprendiamo così imperfettamente. Non dovremmo consentire all'imperfezione della nostra comprensione di alimentare la nostra ansia e di aumentare così il bisogno di controllo. I nostri studi potrebbero piuttosto ispirarsi a una motivazione più antica, anche se oggi appare meno rispettabile: la curiosità per il mondo di cui facciamo parte. La ricompensa per questo lavoro non è il potere ma la bellezza (Bateson, 1977).

La saggezza di queste parole, scritte nel 1977 e attuali come non mai, non è però un alibi per giustificare la diffidenza o il rifiuto verso il cordoglio anticipatorio come costitutivo dell'attenzione alla vita: rimane sempre un mondo che comprendiamo imperfettamente, più che mai rispetto al futuro, e non potendo controllare il presente e tanto meno il futuro si preferisce tentare di ignorarlo, un gesto in fin dei conti solamente apotropaico. Un tentativo, come dice Bateson, di controllare l'ansia e il bisogno di *fingere* un controllo che l'uomo non può arrivare ad avere.

Certo gli studi degli scienziati sociali utilmente possono essere sostenuti e indirizzati dalla curiosità verso il mondo, lo spazio in cui l'uomo si muove, e certo anche lo studio personale del «come vivere» di tutti offre maggiori soddisfazioni quando obbedisce alla medesima pulsione.

Infine, condivide certamente l'affermazione finale chi ha provato curiosità per il mondo e ha scoperto che si tratta di una bellezza che illumina il sentiero e rende inutile il peso del potere.

L'inflazione del sacrificio

Il sacrificio e la sua indispensabilità sono oggi banalizzati, riferiti a eventi di poco conto, risibili. Nello stesso tempo c'è la richiesta di esenzione da qualunque sacrificio vero. Una sorta di diritto, che trova una giustificazione nel diritto alla salute, alla protezione da rischi ambientali e in generale nel riconoscimento del diritto al rispetto delle scelte individuali quantunque opinabili.

Se il sacrificio rimanda a gesti e impegni di poco conto non può essere riconosciuto secondo il latino originario come *sacrum facere*, «compiere un'azione sacra», quindi come un'entità numinosa, che eleva la storia naturale personale dall'immanenza dell'attualità alla trascendenza di un significato che va oltre il grigiore del quotidiano e che conferisce una dignità non altrimenti attingibile, un *quid* che si potrebbe definire tout court «spirituale».

Il *sacrum facere*, quando motivato e assunto come elemento dell'autostima, attualizza il diritto al fronteggiamento dei problemi di vita con una diversa e maggiore determinazione, e l'azione si motiva per se stessa, quandanche l'esito del fronteggiamento del problema fosse infausto. Pietro Micca e i capitani che affondano insieme alla loro nave ne sono esempi estremi.

Con un'appropriata immagine del sacrificio le criticità future non spaventano e si valuta la prospettiva di sacrificare e sacrificarsi, per promettere e promettersi il miglior futuro possibile.

La storia che segue può essere un piccolo punto di riferimento, se non proprio paradigmatica: una donna, dopo un intervento per neoplasia, vive il cordoglio anticipatorio circoscritto alla paura di abbandonare la figlia adolescente in caso di recidiva e morte, complici alcune situazioni di famiglia. Manifesta così segnali di comportamento ossessivo/fobico/ansioso... e «sequestra» la figlia adolescente al punto di impedirle di uscire da sola e di fare altro con motivazioni che apparirebbero del tutto incongrue e patologiche se non si comprendesse la presenza del cordoglio anticipatorio. La richiesta formale di aiuto arriva motivata dai problemi della figlia adolescente che in effetti ha disagi di natura fisica e relazionale, non a caso. Per

sbloccare la situazione è servito mettere al centro dell'attenzione anche la sofferenza della madre accogliendola come comportamento derivato dal timore della morte. La relazione torna dinamica, la madre si pacifica e questo mette la figlia in condizione di conquistare la libertà possibile: il capitano rinuncia ad affondare con la sua nave.

Tutti gli operatori si chiamano Omero

Se di solito si pensa a Omero come a un semplice nome proprio di persona, forse sorprenderà un po' scoprire che, come accade del resto per tutti nomi di persona, esso in origine definisce una qualità, una caratteristica specifica: Claudio dal latino significa zoppo (claudicante!), Giorgio dal greco è il contadino, Flavio è il nome dato a chi è biondo... E Omero significa *ostaggio* (dizionario Hoepli), oppure *colui che non vede* (Nomix).

La professione dell'operatore, per essere esercitata con successo e con soddisfazione da parte di tutti, compreso lo stesso operatore, ha necessità di strumenti tecnici, formali, metodologici in senso stretto, e di strumenti più propriamente relazionali, riferibili alla capacità di vivere la relazione con empatia reciproca, per motivi professionali e non per uno spontaneismo gratuito.

Infatti, chi presenta all'operatore una qualche richiesta, una necessità, porta contestualmente alla questione «tecnica» i problemi di vita inevitabilmente a essa connessi e che spesso, davvero tanto spesso, travalicano come importanza reale e vissuta la questione tecnica. Mentre quest'ultima non sempre si può risolvere, a dispetto delle competenze specifiche e dell'impegno dell'operatore, il problema di vita può sempre trovare una soluzione, però a partire da un mettersi in gioco dell'operatore nella funzione di «Omero», cioè con convinzione di trovarsi in una relazione di umana parità e di comune interesse, di sofferenza identitaria, e con la certezza che insieme si vince e insieme si perde.

Il cantore di Odisseo si chiamava Femio. E come tutti i cantori si chiamava anche Omero. Omero significava: l'accom-

pagnatore, colui che non può camminare da solo. Ai cantori si dava tuttavia quel nome per due motivi: da un lato perché erano di solito deboli di vista o addirittura ciechi, il che tornava utile al loro mestiere poiché, con l'indebolirsi dello sguardo verso l'esterno, si faceva più acuto quello volto a scrutare l'interiorità. Ma venivano chiamati accompagnatori anche perché non avrebbero potuto raccontare, se altri non avessero prima compiuto ciò di cui avrebbero raccontato (Feuchtwanger, 2012, p. 13).

Perché proporre che gli operatori condividano tutti, oltre al loro nome personale, quello di Omero?

Feuchtwanger offre due motivazioni molto lusinghiere, se si accetta che le metafore aiutino la comprensione di certe affermazioni. La prima riguarda la cecità, la seconda l'essere accompagnatori.

La cecità è una risorsa che va oltre la suggestione offerta da Feuchtwanger, e nello stesso tempo deve mettere sull'avviso: si corrono dei rischi, se non si vede la realtà intorno, e forse all'operatore/Omero (che è cieco, ricordiamo) serve che qualcuno gliela descriva, che gli permetta di muoversi nel mondo anche quando non riveste la funzione di accompagnatore.

Cecità per l'operatore vuol dire non vedere differenze nelle persone, non distinguere il ricco dal povero, il giusto dall'ingiusto... Vuol dire non emettere giudizi, non avere pre-giudizi e non tener conto delle apparenze, e davvero scrutare l'interiorità.

La cecità, che impedisce di guardare se stessi allo specchio, non impedisce di sentirsi, di toccare le proprie membra ma certo favorisce la trascuratezza delle questioni personali, nel senso del riconoscimento e fronteggiamento di specifici problemi. Serve allora ricercare la consonanza che il contatto con i problemi altrui può suscitare. Per questo, se l'operatore accetta di considerare degni di attenzione e di presa in carico i problemi di cordoglio anticipatorio dei suoi clienti, potrà essere facilitato nel riconoscimento e fronteggiamento dei propri.

CAPITOLO 5

Il cordoglio anticipatorio e l'identità

Noi siamo animali incompleti o non finiti che si completano e si
rifiniscono attraverso la cultura.

*Clifford Geertz*¹

L'allusione all'identità proposta dall'esergo è trasparente e rimanda alla necessità della relazione, dell'interdipendenza, senza la quale non si dà cultura, l'unico modo per evolvere. Pensiamo all'identità come funzione, come mezzo per collegarsi ad altre identità, ad altri saperi. Forse ancora meglio possiamo anche paragonarla a un sensore, utile se si connette a un terminale o se rappresenta un terminale per un sensore.

Il testo *Contro l'identità* di Francesco Remotti (1996), da cui sono tratte le parole di Geertz, rimane un pilastro della riflessione moderna sull'identità, sulle sue indubbie risorse e ancor più sui pericoli che mette sulla nostra strada quando diviene una prigio-

¹ Citato in Remotti, 1996, p. 16.

ne perché teme e nega l'alterità, intesa come *altro da sé* (umano, soprattutto), o vi si contrappone, con l'intento di mantenere una stabilità, un'omeostasi impossibile (per fortuna, aggiungo: personalmente non vorrei proprio essere rimasto incagliato in nessuna delle identità che mi hanno a mano a mano caratterizzato, per quanto lusinghiere possano essere state).

Purtroppo le conseguenze tragiche di questa avversione a considerare l'identità come strumento di connessione le vediamo con chiarezza ancora oggi.

Nel nostro caso interessa estendere il concetto di identità come chance di relazione e configuriamo l'altro non come persona ma come una *differente condizione di vita*, come variabilità dei confini, della cornice in cui l'identità si esprime, come possibilità/necessità/obbligo di scelta... di esprimersi in forme nascenti, che suscitano diffidenza quanto a governabilità e sono talora sentite destabilizzanti.

Come Remotti propone, possiamo accettare di attribuire all'identità un nucleo, una base fondante, inserita però in un «corpo» molto articolato e caratterizzato da una continua corrente di trasformazione: una condizione dinamica che fisiologicamente mette a disagio e crea incertezza (o per altri versi illude di una certezza che è riconducibile invece solo alla base fondante) e nello stesso tempo rappresenta una lusinga. L'effetto della trasformazione si apprezza nel rinnovato sistema di relazioni che ne sono la conseguenza e l'identità si fa più adeguata alla nuova realtà.

Immagino l'obiezione possibile: quando la relazione si impoverisce, a causa del distacco da partner, da ambienti di vita, allora l'identità rimane più povera, si è di fronte a una trasformazione «a perdere» e di essa non ci si può rallegrare.

Invece, va riconosciuta l'identità comunque acquisita, fosse pure per esempio quella di single, e con essa l'apertura che offre; in più la storia personale, le conquiste, il divenire attraversato restano come memoria cui fare riferimento, come significato indelebile, come «peso» stabilizzante che protegge dal cedimento nel caso di oscillazioni troppo violente. Accettiamo questo potenziale positivo

e protettivo della trasformazione identitaria: sarà possibile andare incontro a qualunque evento riconoscendogli l'essere sempre almeno in parte un dono, e la potenzialità di divenire tale in misura generosa, fronteggiandolo adeguatamente.

Se questo è vero, contraddice un vecchio proverbio, cinico, che afferma: «Fare e disfare è tutto un lavorare». Il proverbio sembra alludere all'inutilità dello sforzo di fare, di agire (perché il tempo si preoccupa di trasformare, cancellare le opere dell'uomo, anche le più solide) o alla incapacità di ottenere un cambiamento efficace, un risultato che meriti l'impegno.

D'altra parte per rifinirsi attraverso la cultura, certo non in senso puramente accademico, occorre fare esperienza dell'*altro*, inteso secondo le forme proposte all'inizio del capitolo. Serve riconoscerci *coindividui*, facenti parte di una *koinonia*, cioè l'essere in comunione, perché solamente nella socialità realizziamo, tra l'altro, l'identità. Che per non essere vuota, sterile, ha bisogno di fare esperienze di contatti, di acquisizioni, di perdite, di riassetamenti interni e di relazione con l'altro fuori di sé.

È vero però che il vissuto identitario non ama essere messo in crisi o in discussione. Possiamo comprenderne il motivo se ricordiamo quanto il nostro agire sia sotto il dominio delle emozioni, dei sentimenti (per chi fosse interessato ad approfondire la questione, o avesse dei dubbi sulla veridicità di questa affermazione, suggerisco un libro fondamentale di Martha Nussbaum, *L'intelligenza delle emozioni*, 2009). Il cordoglio anticipatorio è proprio il sentimento attivato dal profilarsi all'orizzonte di eventi che promettono/minacciano cambiamenti dell'identità.

È una conferma che il tema dell'identità personale (ma vale anche per l'identità collettiva) si incrocia invariabilmente con il ricorrere del cordoglio anticipatorio nella storia naturale e perfino negli accidenti che modificano repentinamente, perché sono inattesi, il corso e le attese della vita sociale.

Un esempio molto presente nella memoria collettiva: l'emergenza legata alla diffusione pandemica del coronavirus che ha esordito

all'inizio del 2020 ha provocato l'abbandono di molte forme di contatto e di relazioni anche in famiglia. Per molte persone si è trattato di uno shock, anche se temporaneo, aggravato dal pensiero di una possibile morte dovuta proprio all'infezione virale, la propria morte oppure quella di una persona cara.

Tralascio per brevità il dramma della prolungata sospensione del lavoro o della prospettiva di perderlo, la crisi esistenziale di chi è stato costretto a vivere da solo, a volte con poca dimestichezza con la tecnologia utile per collegamenti online.

Sottolineo invece che se non c'è stato quasi il tempo per coltivare il cordoglio anticipatorio per la minaccia della chiusura, preavvertita da pochi (divenuta familiare con il termine inglese di *lockdown*), subito si è sviluppato quello per le conseguenze temute, evitabili o meno. Il mantra «Andrà tutto bene» è stato l'esorcismo con cui si è cercato di rassicurarsi gli uni gli altri che il cordoglio anticipatorio poteva essere ignorato...

Da ricordare anche i vissuti di chi, nel frattempo, è stato colpito da altra malattia di tipo infettivo e si è visto come se fosse già condannato a morte e all'isolamento dai propri cari, salvo poi guarire presto e bene. Certo, ha provato il cordoglio anticipatorio per la propria morte sentita come imminente. Qualcosa di insolito si è aggiunto davvero inopinatamente, cioè la prospettiva di morire senza avere un funerale, senza l'accompagnamento dei propri cari. La stessa preoccupazione che, di solito in silenzio, ha angustiato i familiari di tutti malati gravi e terminali, in un tempo in cui la vicinanza fisica è stata proibita.

Ribadisco che, come è noto, l'identità non è data per sempre, risiede nella relazione, riprendendo un pensiero caro a Emmanuel Lévinas: per questo una parte del dolore del lutto è legata alla perdita di identità che la morte di un caro trascina via con sé. I riti funebri consentono, con il loro essere pubblici, un parziale ristoro di identità: l'identità di moglie con la morte del marito è perduta. Certo la «conquista» dell'identità di vedova, subito *esibita* durante i diversi momenti cerimoniali funebri, non è desiderabile, anzi è

sgradita, però esprime una collocazione non incerta nella comunità, riconosciuta da tutti. Da qui, da questo riconoscimento, grazie al lavoro del lutto si potrà ripartire per ritessere un mantello identitario accettabile.

Per questo si capisce il surplus di amarezza dei genitori che subiscono la morte di un figlio prima ancora che sia partorito e non possono essere riconosciuti come per gli altri lutti con un termine esplicito, come succede a vedovi, orfani. Sotto questo punto di vista, è devastante vedersi negata l'identità di genitore: è arduo per tutti gli altri comprendere che negando alla coppia l'identità di genitore si respinge, si nega anche che un utero abbia portato in sé la vita, che ci sia stata una esistenza umana. Il mondo biologico non ha potuto accoglierla, il mondo umano cancella un'esistenza reale. Al dolore del lutto si aggiunge il cordoglio anticipatorio del timore che anche una gravidanza successiva possa avere un esito funesto. In questi anni di rarefazione drammatica delle gravidanze in Italia, queste famiglie incontrano poca solidarietà, cosicché il loro senso di isolamento aumenta, non si riconoscono in una identità collettiva che privilegia la libertà propria di una coppia senza o con pochi figli.

La resistenza a lasciar andare una persona cara in fase terminale nasce innanzitutto dall'amore per lui/lei, senza dimenticare che comprende un rifiuto della perdita di identità che sarà provocata dalla morte della persona stessa.

Questa resistenza è più evidente, sebbene più negata, in altre situazioni di distacco, come l'allontanamento dalla casa genitoriale di figli adulti, l'affidamento di un anziano o di un disabile a strutture come RSA, eventi peraltro considerati nel corso dei capitoli specifici. Voglio ricordare ancora come alcune coppie scelgano di rimanere tali formalmente, anche se i partner rinunciano a una vera vita di coppia, perché con l'identità di single o di separato/a si sentirebbero socialmente a disagio nelle relazioni di comunità.

Un tempo questo vissuto era assai potente, ora molto meno e possiamo dare ragione a Francesco Remotti quando scrive il già

citato saggio *Contro l'identità* (1996). Davvero l'identità troppe volte diviene una prigione. Si soffre quando si perde, si soffre già quando c'è la previsione di perderla (per esempio per una separazione o per un licenziamento), può però dare una motivazione al fronteggiamento attivo del cordoglio anticipatorio. Nella vita quotidiana purtroppo credo si incontrino soprattutto situazioni che dimostrano invece un attaccamento identitario poco o nulla abituato alla transizione e anche allo strappo imprevisto nella costellazione identitaria, evento che dovrebbe essere vissuto come apertura alla crescita e a una maggiore adeguatezza di fronte alle richieste della vita. Ci si comporta come se l'identità fosse una barca da riparare mentre si è in alto mare e l'impresa risultasse impossibile.

Ci si potrebbe chiedere se la ritrosia, la negazione del cordoglio anticipatorio già descritta non derivi proprio dal rifiuto di mettere in gioco una propria identità, se quindi l'uomo non debba lavorare per plasmarsi un'identità più malleabile, più ben disposta al cambiamento.

Il cordoglio anticipatorio per la mancanza di prole

Il sentimento di cordoglio anticipatorio prefigura una perdita o trasformazione di un costituente importante della propria costellazione identitaria; il timore, a volte fondato, è di trovarsi in difficoltà nel gestire il nuovo assetto. L'identità di genitore, per esempio, sollecita una diversa gestione del tempo, delle relazioni, una diversa disponibilità del denaro e altri aspetti che riguardano la coppia e le relazioni con il resto del mondo. È il motivo per cui alcuni esitano prima di mettere in cantiere un figlio. Diventare genitore è un cambiamento d'identità da brivido. Gli scopi economici, organizzativi, la casa troppo piccola, sono purtroppo difficoltà vere troppe volte, però accade che siano un alibi, che potrebbe essere riconosciuto come tale (siamo pronti ad assumere *per sempre* l'identità di genitore?) e superato.

Questa riluttanza qualcuno la legge come un desiderio egoistico di mantenere alcune comodità della vita; è però una lettura che non aiuta a uscire dall'impasse.

Ha invece la caratteristica della propositività positiva un ragionamento sull'identità capace di stimolare il riconoscimento della bellezza antropologica maggiore che offre una famiglia con una *koinonia* strutturata su età differenti, della ricchezza identitaria a portata di mano, della speranza di avere chi ci accompagnerà (forse...) nel tempo lungo del tramonto.

Identità e lavoro

È un tema per il quale in tanti si sono già spesi, con competenza maggiore della mia in particolare nella psicologia del lavoro. Qui è possibile offrire solo alcuni spunti, per ripensare alcuni comportamenti legati al sentire identitario con i rapporti lavorativi.

Per esempio, lasciare un lavoro poco amato per dire di sì a uno nuovo e desiderato può imbarazzare e far esitare prima di accettare perché ci si domanda come si riuscirà a fronteggiare i nuovi compiti, il nuovo ambiente. Si dovrà assumere una nuova identità, che a volte non è accettata volentieri, per ciò che la sostanzierà ma non è ancora noto. C'è poi il timore delle ripercussioni nelle relazioni interpersonali, come accade quando arriva un nuovo capo che magari delude le attese del personale e di chi, in quell'ambiente, aspirava a quel posto. Ricordo un collega che, divenuto direttore generale di un'azienda sanitaria in cui aveva già lavorato per anni, passò per i reparti dell'ospedale per chiedere ai colleghi che gli si rivolgessero con il lei e non più con il tu: sentiva la necessità di proporsi con un'identità differente, che gli permettesse di gestire con l'autorità desiderata e ritenuta necessaria le relazioni interpersonali. È per questo motivo che alcuni piuttosto di esporsi alla novità preferiscono rinunciare, ritirarsi.

Altrettanto vale per il timore generato dall'incombere di un evento negativo, per esempio un licenziamento, un trasferimento o un cambio di incarico: la preoccupazione di fronte alla minaccia

non è necessariamente proporzionata alla sua reale gravità ma lo sarà certamente rispetto al significato che l'evento rivestirà come cambiamento identitario nella visione personale.

Come è noto, la necessità di mantenere un lavoro per provvedere alle necessità economiche costringe tanti ad accettare *obtorto collo* i cambiamenti, con svantaggio personale, per i malumori di cui spesso non si può fare narrazione e per vissuti di ingiustizia, o altro ancora. Non mancano conseguenze sulla produttività, sulle relazioni familiari, ideazioni suicidarie.

Se si vuole facilitare il fronteggiamento efficace di cambiamenti in avvicinamento è limitante lavorare solo sulla comprensione cognitiva della natura dell'ostacolo e sulle possibili vie d'uscita pratiche, razionali, senza aprire al riconoscimento delle emozioni, ossia della porta chiusa che impedisce di guardare in faccia il futuro.

Per uscire da questa impasse serve indirizzare lo sguardo alla possibilità di vivere bene nelle identità che verranno e agli interventi possibili per riuscirci, perché non è un gesto spontaneo, naturale. Anche quando lo è, proprio la spontaneità può rivelarsi un trabocchetto, se induce a trascurare elementi che poi susciteranno risonanze determinanti per il benessere, per esempio sull'intero mantello identitario: un impegno lavorativo prestigioso ma molto pressante potrà avere conseguenze per le limitazioni che andrà a imporre alla vita di coppia, forse anche alla vita sociale.

È ricorrente inoltre che quando ci sia stata esperienza, personale o della prossimità significativa, di eventi che hanno causato gravi problemi, si tende a prefigurarsi lo stesso o simile esito in presenza di equivalenti segnali o situazioni. È il caso questo del tema della somiglianza.

Il tema della somiglianza: i vissuti dettati da un «principio di somiglianza»

È stato già detto che alcune malattie sono causate o favorite dalla genetica, e che altre sono collegate allo stile di vita, stile che

in famiglia è spesso condiviso, per quanto riguarda dieta, abitudini voluttuarie, esposizione a fattori di rischio esogeni come l'inquinamento e rischi di malattie professionali.

Solo gli esperti sono però in grado di comprendere davvero quale sia la probabilità reale di ripetere la storia clinica di altri membri familiari: la maggioranza delle persone si esprime con un'interpretazione ottimista o pessimista ma comunque strettamente soggettiva. Quando poi, per fare un esempio di eventi molto frequenti, una donna considera che la madre, una zia e una sorella sono state operate di cancro al seno, nessun elegante ragionamento statistico potrà liberarla da timori, presentimenti, a volte da scelte drastiche come una mastectomia bilaterale preventiva.

Il principio di somiglianza è molto importante per le scelte delle persone e ovviamente è legato alla questione dell'identità percepita. Le narrazioni raccolte in tanti anni e tante circostanze mi hanno portato a ritenere una credenza diffusa l'idea che la somiglianza in generale, non solo quella biologica, legata ai geni, rappresenti un destino personale per così dire già scritto. L'esempio primo sotto i miei occhi è la paura che spinge genitori cui è morto un figlio a temere per la vita degli altri figli: se ne è morto uno per una leucemia, qualunque febbriattola degli altri figli scatena reazioni importanti, che la clinica non giustifica.

Pertanto il criterio della somiglianza, che le persone vivono, è chiaro, agisce anche in assenza di una base scientifica o almeno razionale: si estende ai comportamenti, grazie all'imprinting ricevuto e in coerenza con i paradigmi correnti in famiglia.

Purtroppo non mancano esempi tragici che confermano il grande potere di influenzamento della suggestione di una «somiglianza forzata», qualcosa di simile a un destino al quale non si potrà sfuggire. L'esempio principe è il suicidio compiuto nello stesso posto e con le stesse ritualità usate da un familiare, soprattutto se si tratta di un genitore. A proposito del suicidio, cui è dedicato il capitolo 10, va rilevato che la rabbia che divora i sopravvissuti è certo dovuta al sentimento di essere stati abbandonati e traditi, accompa-

gnata però dall'accusa rivolta al morto di aver ipotecato il destino della famiglia: non a caso una sfida ricorrente da parte di qualche superstite nei colloqui è l'affermazione «Lo farò anch'io».

Mi preme citare un altro esempio: succede che figli di persone che hanno avuto problemi gravi a causa dell'uso di alcolici si trovino a distanza di anni a ripetere questo comportamento genitoriale. Accade anche quando negli anni precedenti sono stati protagonisti dei tentativi di risolvere il problema genitoriale, così come accade che loro fratelli facciano scelte di sobrietà assoluta. Semplificando parecchio, il costrutto di famiglia ritiene l'abuso di alcolici una questione importante: per taluni significa l'obbligo di bere, per altri impone di tenersene alla larga, a conferma in tutti e due i casi del principio di somiglianza. Gli uni ritengono di avere gli strumenti per dominare i rischi connessi all'uso di alcolici, gli altri li ritengono per la propria famiglia troppo elevati per correre l'alea.

Resto sul tema della somiglianza e accosto per analogia il cordoglio anticipatorio per una malattia grave di un familiare, riprendendo un esempio già usato, al sentimento di perdita che straziava le famiglie dei nostri emigranti, un secolo fa, quando la meta del viaggio era l'America, per esempio, e la lontananza della meta era tale da far presagire che ben difficilmente avrebbero potuto rivedersi, e certo solo dopo molti anni. La speranza di un futuro migliore non era sufficiente a dissipare il sentimento di irreversibilità del distacco e quindi della perdita definitiva e irreparabile della vicinanza. Era, senza che si potesse ben distinguerlo, anche il sentimento di perdita di chi si sentiva essere somigliante a se stesso. Una perdita che acquistava il significato anche di assenza futura del confronto con la storia naturale dei familiari. Non si sarebbe potuto più vedere come l'altro metteva su famiglia, diventava genitore, conquistava un posto nella comunità, fronteggiava gli eventi avversi... e fungeva da indicatore nel cammino, dava orientamento.

In altre parole, si perdeva perfino la possibilità, come prodotto apparentemente secondario delle relazioni interpersonali di prosimità, di accrescere l'*empowerment* verso il cordoglio anticipatorio

di cui si sarebbe goduto quando la storia naturale dell'altro sarebbe andata a misurarsi con perdite e lutti.

Nonostante la criticità di questi anni, le separazioni originate oggi dalla ricerca di un futuro migliore che porta mille miglia lontano dalla casa di origine non fanno presagire la perdita totale e definitiva della relazione. Vero è che la mobilità di residenza e di lavoro è molto elevata, le famiglie sono nucleari o quasi, e per motivi a tutti ben noti è scarso il tempo condiviso, quando non c'è un coronavirus in circolazione, e questo lascia supporre che le narrazioni languano, gli stili di vita divergano, e la rarefazione della presenza di fratelli, zii e cugini infine renda la somiglianza nel senso appena descritto un'esperienza labile, incerta, nemmeno raccontata. Se ci si può sentire liberati dall'impulso «esterno» a camminare su passi già percorsi in famiglia (ma non ci si sente liberati da un vincolo che non si è mai percepito esistere) è vero anche che svanisce la possibilità di «fare *empowerment*» grazie alla condivisione e alla narrazione del fronteggiamento più o meno consapevole che gli altri membri della famiglia mettono in atto di fronte ai vari cordogli anticipatori.

Forse oggi la somiglianza i suoi significati esistenziali e identitari sono vicariati da Facebook e dai vari social. Capire se questo è vero, quanto e con che risultati riveste una importanza che parrebbe non ben indagata e che invece merita di essere considerata. Sembra sicuro che la comunicazione mediata dai social abbia un forte potere di suggestione e di indirizzo dei comportamenti, non saprei dire quanto questo sia dovuto al suscitamento di un sentire di somiglianza, o se lo porti solamente in superficie.

Ricordo a questo proposito quanto sia importante comprendere se il vincolo sociale e non solo familiare legato al percepirsi somigliante, una volta sentito molto forte, sia ormai smarrito, sostituito casomai appunto dalla comunicazione online. Quanto il digitale sia divenuto un asse portante dell'identità lo prova, tra l'altro, la decisione del gerente di Facebook di rendere possibile la nomina di un erede per il mondo digitale.

Quello che è certo è che il vissuto di somiglianza di destino non ha ancora abbandonato l'uomo, che è collegato oltre che ad aspetti di positività anche al cordoglio anticipatorio, più o meno consapevolmente, e che questo vissuto aiuta a comprendere comportamenti che altrimenti risulterebbero poco comprensibili e apparentemente incoerenti.

L'identità di fronte alla malattia e alla morte

Infine tento un sintetico (anche se parto un po' da lontano) collegamento tra l'antropologia dell'identità, personale e sociale, e le caratteristiche del cordoglio anticipatorio di fronte alla malattia e alla morte, con lo scopo di sottolinearne i legami.

Rielaborando su basi antropologiche l'intuizione filosofica heideggeriana del *Dasein* e scremandola da alcuni suoi aspetti assolutistici, sin dal 1993 Remotti evidenziava le molteplici analogie esistenti tra la percezione sociale dello spazio e dei luoghi/edifici, da un lato, e quella del corpo, dall'altro; una analogia che, peraltro, traspariva anche a livello linguistico, per tramite di concetti semanticamente polisemici come quello — ben noto all'antropologia — di *habitus* («aspetto, forma del corpo; atteggiamento, disposizione, carattere; abito; maniera di vestire, abbigliamento»), derivante dal verbo *habito* (un frequentativo del più comune *habeo*), le cui principali accezioni consistono nel «soler avere o tenere» e «abitare, dimorare» (Remotti, 1993, pp. 32 ss.). Attraverso l'indagine approfondita del nesso luoghi/corpi «intesi come oggetti attraverso cui si esprime tanto la cultura quanto il potere», Remotti perveniva dunque all'enucleazione di un insieme di tre categorie le quali, chiamando in causa «il tema del tempo», risulterebbero comuni a entrambi gli estremi dell'analogia: «I) Ciò che scompare. II) Ciò che rimane. III) Ciò che riemerge» (Remotti, 1993, p. 76).

Nel tempo della perdita in generale, con grande potenza nel tempo del fine vita e della morte, queste tre categorie agiscono.

Balza agli occhi qual è il sentimento principale che suscita qualcosa (o qualcuno) di importante che scompare o minaccia di scomparire.

È agevole anche comprendere che ciò che rimane dopo la scomparsa è qualcosa di diverso, come identità. Talora è così differente da essere irriconoscibile, fino a essere rifiutato, per esempio mettendo in atto il suicidio.

Più incerto forse collegare l'identità con le conseguenze di ciò che riemerge, sempre rimanendo nell'ambito del cordoglio anticipatorio. Mi limito a ricordare quante volte ciò che riemerge *non* è gradito, anzi è minaccioso: ritornano errori, condizionamenti, vincoli, stili di risposta alle sollecitazioni esterne, sconfitte... Qualcosa in merito è stato sopra descritto. I disparati sentimenti che può suscitare ciò che riemerge afferiscono al cordoglio anticipatorio, una volta di più inizialmente vissuto come minaccia, vincolo, che può divenire risorsa.

Applicata alla corporeità tale classificazione sintetizza efficacemente quelle che sono per Remotti le strategie antropopoietiche relative al trattamento dei cadaveri e al «controllo culturale della putrefazione», soprattutto per quel che concerne l'opposizione di base tra il «vedere "scompare"» e il «fare "rimanere" forme di umanità». Entro queste due alternative per Remotti si espletano le principali strategie culturali e comportamentali attraverso le quali ci si confronta con la morte e, nella fattispecie, con le sue ineluttabili contingenze biologiche. Aspetto che diventa ancora più esplicito nel momento in cui il cadavere in questione è quello del «sovrano» e la «scelta» tra l'una e l'altra opzione prefigura il modo in cui può essere intesa la trasmissione del potere politico e/o la concezione stessa dello Stato. Di fondo, naturalmente, vi è il problema del concetto di «identità».

Nel momento in cui le varie società decidono che cosa far scomparire e in che modo, esse decidono circa la propria identità. E quando nella categoria dello scomparire troviamo — com'è inevitabile — il problema della morte e quello del tratta-

mento dei cadaveri, il senso dell'identità si fa particolarmente acuto, giacché la morte è l'evento che maggiormente pone in causa l'identità (sociale, oltre che individuale) [...].

Per definire «chi siamo?» abbiamo bisogno di stabilire una qualche distanza (una qualche differenza) rispetto a coloro che ci hanno preceduto, così come abbiamo bisogno di stabilire una qualche continuità.

Continuità e discontinuità rispetto al passato sono ingredienti o fattori indispensabili per la costruzione dell'identità (Remotti, 1993, pp. 77 e 87).

L'indagine antropologica condotta da Remotti dimostra come il *focus* interpretativo debba essere spostato dalla mera registrazione/osservazione del rituale funerario in sé alle sue risultanze «culturali», nei termini precedentemente categorizzati, laddove ciò sia, naturalmente, possibile e a partire dalla consapevolezza che la scelta di «cosa debba scomparire e che cosa rimanere, e come queste due operazioni possano e debbano combinarsi tra loro, sono temi su cui ogni società non finisce mai di riflettere» e che

quando si parla di «costruzione» dell'identità [...] non si deve ritenere che essa sia assimilabile a un edificio che ogni società — e ogni generazione al suo interno — costruisce in modo definito (e tanto meno definitivo). «Costruzione» dovrebbe invece trasmettere l'idea del continuo farsi e disfarsi, dell'insoddisfazione e del disagio che si avverte a ogni affermazione di identità, della necessità di riproporre in modi sempre diversi le tesi sulla propria identità. La costruzione dell'identità è infatti contrassegnata da una grande e invincibile precarietà (Remotti, 1993, pp. 82 e 87; sulla questione cfr. più recentemente: Remotti, 2004; Favole, Ligi e Viazzo, 2004; Remotti, 2008).

Memoria della precarietà identitaria

Offro ancora una riflessione, che rinforza il riconoscimento della precarietà identitaria, che si fa evidente quando gli eventi

sottraggono o minacciano di sottrarre elementi ritenuti fondanti della propria identità.

Mario De Caro in un suo articolo del 2013 cita *Sud e magia* di Ernesto De Martino (2015), facendo riferimento «ai tentativi di rimediare alla “crisi della presenza”, ossia alle minacce di destrutturazione del soggetto provocate dalle deprivazioni, dalle malattie o dal disagio psichico».

Fa capire che l'obiettivo delle pratiche magiche era la reintegrazione dell'identità della persona, del suo «esserci», rispetto alla fatale minaccia che la sua vita e il mondo nel suo complesso perdessero di senso.

Secondo De Martino, sebbene le pratiche fossero legate alla diffusa povertà soprattutto culturale del Mezzogiorno, «nondimeno [la magia] era un dato ontologico costitutivo di ogni essere umano. Noi tutti siamo segnati dalla precarietà ontologica, e costantemente esposti alla possibilità della dissoluzione psichica e fisica». Desidero solo far notare come sentimenti magici siano ancora molto diffusi e presenti, anche in fasce insospettabili della popolazione, un segnale che la povertà culturale specifica persiste, certo in forme e misura differenti dal passato descritto da De Martino.

Per altri aspetti legati all'identità si rimanda ai capitoli seguenti, dedicati ad argomenti specifici.

CAPITOLO 6

La vita in faccia: il cordoglio anticipatorio dei minori e a scuola

Lo sguardo verso il futuro, una particolare riflessione
su adolescenza e gesti suicidari

IL CORDOGLIO ANTICIPATORIO È PRESENTE ANCHE NEI GIOVANI

Da una decina di anni sono incaricato di un Laboratorio di elaborazione del lutto di quindici ore presso l'Università Cattolica di Milano e Brescia. Lo seguono gli studenti, in verità quasi solo studentesse, del secondo e terzo anno di Servizio sociale. Sono quindi molto giovani, mediamente hanno 22/23 anni, e si potrebbero pensare ragionevolmente immuni dal lutto e anche dal cordoglio anticipatorio. Durante le ore di lezione sono in effetti restie a esprimere un proprio pensiero, a riferire la propria esperienza personale. I primi anni avevo la preoccupazione che gli argomenti restassero estranei ai loro interessi, ogni volta però sono stato (felicitemente) smentito dalle relazioni successivamente inviate per avere il riconoscimento del credito maturato seguendo il Laboratorio. Ogni volta mi si apre un panorama su vissuti molto impegnativi, esperienze di lutto, di perdita e naturalmente anche di cordogli anticipatori, di regola non attraversati, o non sempre adeguatamente. Emerge con chiarezza come l'ambiente di vita, e spesso anche quello professionale che hanno iniziato a conoscere sia in imbarazzo di fronte al lutto, che pure deve riconoscere, e semplicemente fugga davanti al compito di dedicarsi ai giovani per insegnare a fare fronte al cordoglio anticipatorio.

L'aspetto positivo e incoraggiante lo rinvento nell'apertura da quasi tutte operata «a distanza» tramite la relazione di laboratorio, in un certo senso una scrittura privata, personale, nella narratività liberatoria di cui danno prova, che rivela l'interiorizzazione e il buon uso degli strumenti offerti durante le ore di lezione. Spero che crescano generazioni capaci di usare regolarmente questi strumenti e anche di diffonderli tramite le relazioni di lavoro e personali.

Ho scelto tra le tante la testimonianza di Simona, che ha il pregio della chiarezza, riesce a rappresentare anche i sentimenti e a mettere insieme cordoglio anticipatorio e lutto.

Frequentavo la seconda media quando è morta mia zia, non era il primo lutto che affrontavo. Ho vissuto la sua malattia andando in ospedale, lavandole la parrucca che usava dopo i cicli di chemioterapia e facendole i massaggi per rendere più sopportabili i dolori lancinanti. Ma non ho «voluto» prendere consapevolezza che stava morendo fino a poco prima che se ne andasse, anche se la situazione era palese. Probabilmente era così palese che né i miei genitori né i miei zii o le mie sorelle hanno pensato che fosse necessario parlarmi e dirmi cosa stava per succedere. Ho vissuto sulla mia pelle cosa accade quando i genitori, presi dal loro dolore, non preparano il figlio ad affrontare l'imminente lutto. Condivido quanto discusso nel corso del laboratorio rispetto all'importanza che hanno queste figure di riferimento nell'accompagnare il ragazzino alla consapevolezza e alla riformulazione degli eventi, passaggio non scontato per raggiungere l'accettazione. Mia zia non voleva che si sapesse che stava male, questo ha impedito la narrazione di quello che stavo vivendo e la possibilità di avere un esame di realtà da persone esterne alla famiglia tra le quindici intime e tra le centocinquanta con cui si hanno legami di significato. Ho iniziato a utilizzare lo strumento della scrittura dopo un evento che mi ha portata a vedere tutta la famiglia piangere, e mia cugina mi ha esplicitato che la zia stava morendo e non le rimaneva molto. Scrivere mi serviva per rileggere quello che stava succedendo fuori e dentro di me e per liberarmi, non sapevo potesse essere una strategia efficace per rielaborare i lutti. Rileggendo quelle pagine, si percepisce come io non avessi intenzione di lasciarla andare. Ogni giorno descrivevo come vedevo mia zia fisicamente e cosa avevamo fatto insieme, per dimostrare la mia tesi ovvero «non mi sembra che stia per morire», ed era proprio così che concludevo ogni pagina. Quando i peggioramenti sono diventati troppo evidenti, ho smesso di scrivere. È morta poche ore dopo che mi sono rassegnata e le ho sussurrato all'orecchio un pensiero che ancora non le avevo rivelato.

Forse è stato il mio modo per lasciarla andare. Il cordoglio anticipatorio chiaramente non c'è stato, ma ho pagato con gli interessi questo passaggio non affrontato. Ho vissuto molto male anche i riti e i riti di passaggio, avevo bisogno di più tempo per accettare.

Simona

Chi legge avrà forse colto il riferimento al numero di Dunbar (antropologo a cui si è accennato nel capitolo 2). Sono numeri che di volta in volta indicano quante persone possono essere intime, amiche, frequentazioni... temi che meritano un approfondimento personale.

Per me ogni anno il Laboratorio ha rappresentato un incentivo a lavorare su questo libro e confesso che è stata un'esperienza formativa, i contenuti fanno parte integrante di questo capitolo.

La specificità del cordoglio anticipatorio dei giovani

L'uomo è messo a confronto con il cordoglio anticipatorio fin dai suoi primi anni di vita, non appena si attiva la capacità di pensare il futuro, meglio ancora di *pensarsi* nel futuro. È un tema che vale per come il cordoglio anticipatorio degli adulti si riflette sui «piccoli». I modi usati dall'adulto per fronteggiarlo hanno certamente una valenza educativa, si può essere d'accordo con Martin Buber quando sostiene l'urgenza di un progetto educativo attraverso la cultura, la letteratura, la storia (aggiungerei l'arte), perché sono gli elementi mediante i quali è possibile «agire attraverso la vita stessa».

Sono propriamente questi gli elementi che possono insegnare alle generazioni in crescita prima come riconoscere il cordoglio anticipatorio e poi come attribuirgli un nome, per riuscire a fronteggiarlo e non restarne prigionieri.

Come adulti si è mediamente inclini a non prendere in considerazione il cordoglio anticipatorio infantile e adolescenziale, un comportamento coerente con la poca attenzione dedicata al proprio.

Eppure nei racconti per bambini, la favola di Pollicino è un ottimo esempio, la questione compare, esplicita o metaforica, non solo a proposito della morte. Molti libri per bambini opportunamente raccontano storie in cui si prefigurano perdite e anche la morte. Suggestiscono la loro inevitabilità e insieme la possibilità di fronteggiarle.

A questo proposito cito solamente un piccolo, prezioso e sorprendente libretto, *Jack e la morte*, di Tim Bowley con illustrazioni di Natalie Pudalov. Propone una storia che vede il piccolo protagonista preoccupato per la salute della propria madre, in quanto capisce che lei potrebbe morire. Reagisce e riesce con un espediente a fare prigioniera la morte. Il trucco funziona, ma subito il gesto di Jack mostra conseguenze inattese, per cui il macellaio non riesce a uccidere gli animali e così via: qualunque decesso è impedito, non solo quello materno e la vita di tutti va in stallo.

Si dimostra in breve che se è impossibile morire diviene parimenti impossibile vivere e Jack comprende come sia necessario, per le leggi della natura di cui anche l'uomo è parte, accettare di separarsi dalla mamma e lasciarla andare. La storia scaturisce dal sentimento che Jack ha del destino di morte che si approssima e dal suo tentativo di opporvisi. Jack ci insegna a riconoscere i segnali di perdita, a tentare il fronteggiamento, e fare giudiziosamente i conti con gli eventi, che non sempre possono essere modificati. Con loro si può però, motivatamente, scendere a patti e ottenere il miglior compromesso possibile.

La storia evolve verso un «lieto fine» appropriato alla realtà: non perché la morte è evitata ma perché è compresa, la si riconosce parte integrante e necessaria della vita. Jack può prepararsi ad accogliere le offerte della vita, a lasciar andare quello che la vita toglie e ad avviarsi verso un'adulthood consapevole, con la competenza che serve per fronteggiare il divenire degli eventi, godere delle positività e preparare la gestione del dopo, perché ci sono perdite inevitabili, fossero anche solo quelle relazionali, nella storia naturale di ognuno, fin da piccoli. Vale appena ricordare che proprio

CAPITOLO 9

Cosa può insegnare una storia di cordoglio anticipatorio per gli animali?

Il cordoglio anticipatorio origina, come è ormai chiaro, dalla prospettiva di cambiamenti interni ed esterni all'uomo che generano apprensione, rifiuto, fuga.

Quindi è suscitato anche dal mutare delle relazioni con la natura nel suo complesso, della cui importanza oggi si ha sempre maggiore consapevolezza. Gli animali in questo contesto occupano una posizione privilegiata, per l'utilità e il piacere che offrono e per i sentimenti che suscitano. In questo periodo storico più che mai rivestono un ruolo importante per alcune fasce di popolazione e in tutto il mondo lo fanno, in particolare, per i bambini.

Non è un evento comune che una persona si rivolga a un professionista della salute per chiedere sostegno quando un suo animale da compagnia è al termine della vita, veterinario a parte. Più spesso di quanto si pensi in casi del genere la prospettiva dell'allontanamento o della morte dell'animale evoca un malessere importante, motivato dalle storie personali pregresse che lo coinvolgono o dalla fragilità della persona. Voglio solo ricordare la diffusione crescente della pet therapy e il contributo degli animali per la cura di alcune patologie, in particolare dei bambini e di persone con di-

sabilità. Inevitabili la creazione di legami affettivi con l'animale e la reazione di fronte alla prospettiva di separarsene.

Merita quindi che gli operatori riflettano anche sul cordoglio anticipatorio connesso alla relazione uomo/animale, riflessione che non è di solito al centro dell'attenzione degli operatori della salute, e nemmeno il più delle volte delle persone che con gli animali vivono un rapporto regolare.

Infatti, come i miei colleghi medici sanno bene durante la raccolta di informazioni, l'anamnesi, per qualche problema di salute, non succede che ci sia un racconto spontaneo relativo alla presenza/contatto con animali, improbabile poi che si esterni spontaneamente la sofferenza causata dalla loro presenza o dalla loro assenza, avvenuta o imminente. Non è questione limitata alla morte del cane da salotto, considerato un soprammobile, sfizio di persone snob. Ricordo un uomo maturo, alle soglie della vecchiaia, celibe che viveva con la famiglia del fratello sposato. Lo conobbi molti anni fa per i suoi problemi legati al consumo di alcolici, problemi insorti tardivamente. I suoi familiari avevano venduto le mucche che lui accudiva, formalmente per fare della stalla il garage della famiglia. Mi confidarono poi che in realtà si trattava dell'appiglio utilizzato per riuscire a sollevare il congiunto da quella fatica quotidiana, vista l'età, senza mortificarlo. Invece l'uomo si era trovato molto più solo e senza motivazioni, condizione che aveva facilitato l'uso di alcolici in una maniera che rapidamente aveva suscitato problemi.

Nel racconto dei dolenti (vista la confidenza con loro che nel già citato servizio di «Rimanere insieme» si conquista) compare spesso, insieme al racconto di sogni stravaganti, di comportamenti originali e motivati dal legame con oggetti e animali appartenuti alla persona defunta, la preoccupazione proprio per la possibile, a volte imminente, morte dell'animale, una compagnia importante e soprattutto preziosa memoria vivente della persona cara perduta.

Accade poi, ed è cosa nota, che un genitore preoccupato per le ripercussioni emotive sul figlio si adoperi per sostituire un animale

morente con uno nuovo, simile al precedente il più possibile, per far credere al bambino che sia sempre lo stesso e che abbia recuperato la salute.

L'intento, trasparente, è negare al figlio il contatto con la morte. Perde così l'occasione di farlo progredire nella conoscenza di questa inevitabile presenza nella storia naturale, perde l'opportunità di confrontarsi e crescere insieme su un tema importante e lasciare un'impronta di cui il figlio sarà poi grato. Più in generale nascita, malattie e morte degli animali sono una occasione preziosa per genitori, insegnanti, operatori della salute per preparare il fronteggiamento di «piccoli» drammi, *empowerment* per i drammi che inevitabilmente si dovranno affrontare.

Insomma, gli animali sono importati per il benessere di una grande fetta dell'umanità, certo a volte in una misura che dall'esterno può apparire esagerata, patologica, se si ignora ciò che nella storia personale pregressa è stato vissuto come importante.

Anni or sono una persona, che ha tutta la mia stima e il mio affetto, mi ha chiesto una «cortesia», ben conoscendo il mio servizio per le persone in lutto.

Mi ha chiesto, un po' imbarazzata, di accogliere la figlia, adulta e sposata, che aveva il suo cane prossimo alla morte per aiutarla a prepararsi all'evento. L'animale, entrato nella vita della figlia in un momento dell'adolescenza turbolento e davvero critico, aveva avuto un'importante funzione stabilizzante e consolatoria. Aveva poi rappresentato un riferimento affettivo forte durante un percorso di vita assai faticoso per la ragazza, rimasta fragile. Il padre prevedeva fondatamente che la morte dell'animale avrebbe portato conseguenze negative sul delicato equilibrio della figlia.

La richiesta fu accolta senza trasalimenti. La trovai pertinente e appropriata, le perplessità riguardavano me stesso: mi chiedevo se, affrontando per la prima volta questo problema di vita e di perdita, sarei riuscito ad assolvere il compito dignitosamente. D'altra parte, per motivi chiari e cogenti di legame con la famiglia, non era possibile rifiutare l'ostacolo e inviare ad altri la signora.

Seguì una serie di colloqui settimanali, per circa tre mesi. Scambi riflessivi e pacati, occasione di considerazioni e approfondimenti centrati sul senso del vivere presente, considerando il cammino compiuto negli anni, perché fosse percepito come acquisito e stabile, non più legato alla presenza del cane. Certo la sua morte avrebbe aperto una crisi ma lei poteva affrontarla e uscirne, avendo in precedenza provveduto a maturare il distacco.

C'era stato infatti un tempo di crescita, di conquista di altri legami, di ingaggio in contesti di vita differenti. Il legame con il cane non è andato perduto, a mano a mano però è stato naturale che il suo significato e l'importanza della sua presenza si spostassero da una posizione di centralità verso la cornice, fino a perdere l'essenzialità di un tempo precedente. Per lei è stato possibile pensarsi senza quel compagno di vita, con tristezza certo ma non altro: non dramma, non perdita di senso del vivere. È emerso che l'identità non si rifletteva più solo nel rapporto duale iniziato come giovane donna/giovane cane. Il rapporto era divenuto donna adulta/cane anziano, inserito in una molteplicità di altri rapporti e identità, sebbene non tutti soddisfacenti.

In altre occasioni ho raccolto il racconto di genitori ai quali dopo la morte del figlio era rimasto di lui il cane, vera memoria vivente. L'ineliminabile del cane e la previsione della sua morte sono la narrazione di un vero cordoglio anticipatorio, non a tutti dicibile e che non tutti comprendono.

A specchio, confermano l'importanza di questo legame uomo/animale le narrazioni di dolenti aiutati a raggiungere un equilibrio apprezzabile grazie all'arrivo in casa di un essere vivente a quattro zampe.

L'uomo può utilizzare il legame con un animale, grazie alla brevità del suo ciclo vitale, come un tempo per vivere anche il cordoglio anticipatorio, per imparare a gestire la perdita, evitare il cosiddetto accanimento terapeutico e prepararsi al vuoto in arrivo, per fare in modo che non sia davvero un vuoto. Un apprendistato che torna utile quando altre perdite si avvicinano. Abituarsi da bambi-

ni a vivere con gli animali è utilissimo, ancora di più se per tempo si impara anche a lasciarli andare, una lezione buona per tutta la vita seguente. Sono gli adulti che insegnano come fare, mettendosi in gioco e utilizzando seriamente anche riti appropriati, con l'accompagnamento delle narrazioni del caso.

Sono gesti che stimolano l'attività dei già citati neuroni specchio, ossia suscitano pensieri e gesti imitativi sani.

Infine, ricordo che anche le persone anziane sono oggi spesso sole e lo saranno sempre di più, come riportato nel capitolo 7 loro dedicato. Difficile pensare che legami e scambi online e la presenza di servizievoli robot possano appagare il bisogno di relazione affettive. Nemmeno l'animale può pienamente sostituire il legame tra umani, è però capace di suscitare affetti, sollecita il prendersi cura, è fonte di identità rassicurante. Non tutti gli anziani però accettano la convivenza con un animale, di solito perché da piccoli non hanno conquistato dimestichezza con loro. Quindi il benessere dei futuri anziani soli sarà in parte garantito dalla precauzione di offrire ai minori di oggi una relazione sana con gli animali, perché possano godere della loro compagnia e nello stesso tempo imparare a fronteggiare il cordoglio anticipatorio e la morte, eventi dolorosi ma naturali.

CAPITOLO 10

Cordoglio anticipatorio e suicidio

Il cordoglio anticipatorio serve come prevenzione

L'IMPORTANZA DEI SEGNALI DELLA FATICA DI VIVERE

Il cordoglio anticipatorio specifico che indirizza verso intenzioni suicidarie inizia quando, nel percorso di salute/di vita, sono state escluse o stanno venendo meno le soluzioni visibili e percorribili per questioni ritenute vitali e in prospettiva rimane principalmente la strada diretta verso la morte. In occasione di tutti i bivi precedenti che proponevano un'alternativa, è stata operata una scelta (voluta o subita) che mano a mano ha escluso le altre strade. La riduzione delle possibilità di scelta innesca un processo che porta all'intenzione di anticipare la conclusione dell'esistenza. La fatica di vivere aumenta perché si sono affievoliti, fino a scomparire, i processi che portano a rivitalizzare l'esistere.

[...] Certamente la paura/angoscia e il senso di gelo emozionale/relazionale che avanzano possono aumentare a mano a mano che si procede su questo piano inclinato. Possono senz'altro ritornare i vissuti delle situazioni non pacificate nella propria vita, sotto forma di rimorsi e/o nostalgie, per la non realizzazione personale e nelle relazioni con gli altri. La frequente visione a tunnel che manda via via sullo sfondo tutti gli attori e le presenze che hanno accompagnato l'esistere, anche con episodi di flash-back, possono segnare il percorso del progressivo distacco.

Nella mia esperienza personale, vissuta da giovane adulto, ricordo che ogni passo in questa direzione lo connotavo come in un mantra, con una

frase pronunciata nella mia mente: «Si può stare ancora peggio» e così proseguivo su questo piano inclinato.

Questo vissuto mi ha molto aiutato nella comprensione e nella razionalizzazione di eventi suicidari occorsi a persone di mia conoscenza, sia amici sia soprattutto nella pratica professionale con i pazienti in psicoterapia. In questo caso è stato molto utile cogliere i segnali lanciati dai pazienti che hanno potuto esprimere vissuti e intenzioni suicidari approcciandoli come forme di cordoglio anticipatorio. Questo ha reso possibile parlare del rapporto con la morte e, secondo la mia convinzione, riproporre in altri termini la questione esistenziale di fondo che altrimenti avrebbe inclinato verso il passaggio all'atto suicidario.

Francesco Lazzarin, sintesi di una comunicazione personale

Il linguaggio per inventare un mondo e trovare soluzioni

Sì, questa è la cosa bella del linguaggio,
che possiamo fare ciò che non abbiamo imparato.

Wittgenstein

Desidero iniziare questo capitolo riprendendo l'apertura di un articolo di Paolo Legrenzi apparso sull'inserto domenicale del *Sole 24 Ore* (2019, p. 24) e intitolato *A lezione da Wittgenstein*.

Legrenzi inizia proprio citando l'affermazione di Wittgenstein appena sopra riportata, aggiungendo che l'osservazione fulminante anticipa di un decennio la nozione di creatività linguistica della grammatica generativa di Noam Chomsky.

Credo che non a caso quanto dice Wittgenstein sia sgorgato nel corso di una lezione agli studenti, nel confronto con chi ha ancora molto da imparare: si intravede lo sforzo del docente di trasmettere a chi ascolta che può fare di più e diversamente da quello che ritiene di poter fare all'inizio della lezione. È un'esperienza esaltante, liberatoria, oltre che provocatoria, e incoraggia anche noi, me per primo, a credere nel potere positivo, creativo, maieutico

della parola, quella stessa parola che è strumento per realizzare la creazione del mondo, del *nostro* mondo almeno, secondo la lezione di Maturana e Varela. I due autori appena citati, in sintesi estrema, sostengono nel testo *L'albero della conoscenza* (1987) che ognuno può creare un proprio mondo, anzi realmente e continuativamente lo crea. Gli esseri viventi sono sistemi autopoietici,¹ proprio in quanto sono «sistemi» inseriti in una rete di processi trasformativi, grazie ai quali si susseguono creazione e distruzione. Sapere che si può creare un mondo significa, con lo stimolo del cordoglio anticipatorio, che anche nelle condizioni che indirizzano l'uomo verso scelte suicidarie esiste la chance di creare positività e risalire la china.

Ecco degli esempi, molto semplici prima e poi più complessi, che vorrebbero dimostrare la verità dell'affermazione wittgensteiniana e portare acqua al mio mulino, ovvero che il fronteggiamento del cordoglio anticipatorio è uno strumento per imparare a fare quel che ancora non si conosce ma che è indispensabile prendere in mano, creare e gestire il proprio mondo anche quando non si sa come farlo.

Un primo esempio è l'arrivo a casa, per la prima volta, di un cucciolo di animale. Il neo padrone per prove ed errori riesce a dare un nome alla bestiola, che lo accetta, riesce a far capire i propri comandi. Il bello è che anche la bestiola impara ad avere un nome, a rispondere al nome e a intendere i primi comandi che riceve. Tutto questo accade e funziona, sebbene nessuno dei due protagonisti abbia inizialmente una qualche certezza su come procedere.

Un secondo esempio, direi un po' più romantico, è quello della prima dichiarazione d'amore. Indipendentemente dalla qualità dell'esposizione e dall'accoglienza che riceve, è per certo un'espe-

¹ «In biologia, [l'autopoiesi è] la capacità di riprodurre se stessi che caratterizza i sistemi viventi in quanto dotati di un particolare tipo di organizzazione, i cui elementi sono collegati tra loro mediante una rete di processi di produzione, atta a ricostruire gli elementi stessi e, soprattutto, a conservare invariata l'organizzazione del sistema» (Enciclopedia Treccani, voce Autopoiesi).

rienza molto bella, spero assai diffusa e molto convincente dell'assunto qui proposto. Il linguaggio tra verbale e non verbale sperimentato per la prima volta conduce al successo, la persona amata risponde positivamente alla dichiarazione d'amore. Con il pensiero rivolto a quanto proposto nel capitolo 2, ci ricordiamo che il successo è stato verosimilmente favorito dal recepimento del racconto di amici, memorizzato tramite letture e visione di film. Inoltre è verosimile che prima della dichiarazione formale ci sia stato un accorto e anche spontaneo linguaggio verbale e non verbale che ha preparato l'attesa della dichiarazione.

Ora entro nel tema specifico e affermo che molte persone imparano a fare l'elaborazione di separazioni, perdite e lutti, ogni volta diversi, ogni prima volta che accade di fronteggiarli, senza aver già appreso in precedenza come farlo e non senza travaglio.

Come può accadere? Come diceva Wittgenstein, grazie al linguaggio: il proprio, l'altrui, quello condiviso con la comunità in cui si vive. È questo il *munus*, il dono gratuito più prezioso, che viene scambiato tra umani per imparare a vivere crescendo come capacità comunicativa e creativa. Il cordoglio anticipatorio rientra a pieno titolo in questo uso del linguaggio, anzi può arrivare a essere lo strumento per imparare *prima* di essere messi alla prova.

L'unico requisito necessario è che la persona accetti di partecipare della condivisione del linguaggio nella propria comunità, anche quando il linguaggio offerto gli appare intempestivo, iettatorio, sgradevole, di colorazione emozionale respingente. È chiaro che mi riferisco alla singola persona ma anche a tutte quelle che insieme si muovono sulla scena della comunità. Non può esserci coro se uno solo fa sentire la sua voce e anche le assenze e le stonature vistose abbassano la qualità, l'efficacia che l'insieme è in grado di esprimere.

Il silenzio d'altra parte, come in precedenza accennato, può diventare una forma di violenza: il silenzio, della parola e del gesto, diventa ostile e priva l'altro del linguaggio necessario per vivere, perché apre un circuito di assenza che prosciuga le risorse comunitarie di cui tutti si nutrono e diviene la negazione del riconoscimento reciproco (si veda la teoria di Jessica Benjamin e il suo *ap-*

proccio relazionale). Un riconoscimento che, comunque lo si voglia considerare, è appunto ciò che avviene quando ognuno accetta di partecipare alla condivisione del linguaggio.

A sostegno di quest'affermazione e più in generale della necessità di un pensiero comunitario per vivere la vita buona possibile, pensiero che si sostanzia anche dell'approccio corretto al cordoglio anticipatorio, anche quando non è esplicitato con questo nome, abbondano ricerche e documentazione.

Il legame di questa premessa con l'intento del presente capitolo si fonda proprio sulla citazione in esergo. Una parte dei gesti suicidari trova innesco nella convinzione che tiene sequestrata la persona, convinta di non essere in grado di uscire dalla prigione virtuale di competenze ritenute perdute, o non più efficaci, o non più funzionali per una vita dignitosa. Può divenire drammaticamente vero proprio per la rinuncia al linguaggio da parte sua... o per rinuncia da parte della sua prossimità a cogliere segnali, ovvero un *linguaggio* anche involontario, non verbale, flebile, o anche no, comunque non colto da chi ha la sua di prigione virtuale, diversa perché non incline a un gesto suicidario, creata dalla convinzione di non avere poteri sananti. Eppure tante volte, se almeno si tenta un linguaggio, magari centrato sull'amore (fraterno) se anche le competenze professionali non ci sono o non bastano, si può fare quello che non si sapeva di poter fare.

Questo capitolo non intende essere una perorazione *contro* i gesti suicidari, tanto meno la loro esaltazione. Sono delle considerazioni basate su esperienze dirette, come quella riportata all'inizio, che consigliano di introdurre il tema del cordoglio anticipatorio nelle buone prassi degli operatori della salute per facilitare la comprensione di una parte, direi non minima, dei fenomeni suicidari e il loro fronteggiamento. Con la convinzione che in tal modo si possa contribuire alla qualità della vita sia di chi medita o tenta il gesto che della sua prossimità. La riduzione dei gesti potrebbe allora confermare che si tratta davvero di prassi buone ed efficaci.

Se si tratta di un'ipotesi fondata, ricordo che in Italia l'incidenza del fenomeno, sebbene sottostimata, è senz'altro inferiore alla me-

dia europea. Un dato positivo, che vorrei attribuire alla qualità delle relazioni sociali, in primis intrafamiliari, molto più che al PIL, al reddito medio, all'indice di disoccupazione o ad altri indicatori economici.

Pertanto, ricordato il cordoglio anticipatorio come elemento che genera con una certa frequenza inquietudini, ansie e reazioni emozionali che arrivano fino alla disperazione, aggiungo che i gesti suicidari, anche quando sono compiuti sotto l'impulso di eventi già accaduti, trovano il loro senso, nel giudizio della persona, nell'inaccettabilità del futuro per come si prospetta, detto molto in breve.

La presenza del cordoglio anticipatorio, infatti, si rivela importante in buona parte dei gesti suicidari, nella loro ideazione, nei tentativi, nella determinazione di portarli a termine e nella maggioranza dei tentativi di omicidio-suicidio.

Accade spesso che l'ambiente familiare e amicale, insieme con la prossimità, si dimostri in buona fede sorpreso dal gesto suicidario, come se nulla lo facesse presagire.

Significa che lo stimolo del cordoglio anticipatorio che ha suscitato il gesto, testimoniato dal contenuto dei messaggi (quando ci sono), era sì soggettivamente intollerabile tanto da spingere la persona a realizzarlo ma mai era stato oggetto di narrazione esplicita.

Come spiegare questo silenzio, e come si può ottenere che sia sostituito da una narrazione, che già da sola, per il suo sgorgare e dare voce e nome alla sofferenza, può essere liberatoria e allontanare l'intenzione suicidaria?

Mi limito a due strategie possibili. La prima è in funzione dello stigma e della reazione di rigetto che accompagna il suicidio e che si traduce in giudizio negativo, in biasimo verso la persona e anche verso i suoi familiari. Depotenziare lo stigma è possibile. Il dibattito attuale sul suicidio assistito ha se non altro il merito di riportare la discussione sulla esplosività della sofferenza in alcune condizioni di salute fisica o psichica e sulla necessità di dare una risposta che non sia formale, moraleggiante.

In alcune culture poi la morte per suicidio è (era) considerata la morte più desiderabile, mi riferisco, per esempio, ai popoli cacciatori della Siberia e agli Inuit.

Anche la morte del capitano che affonda con la sua nave è sempre stata considerata con rispetto, così come alcuni gesti riconosciuti come eroici (uno per tutti, Pietro Micca che si fece saltare in aria per impedire ai francesi di invadere la fortezza).

Il tratto di vita condiviso in tanti anni con un discreto numero di sopravvissuti (colloqui e gruppi) conferma che si può superare il muro dello stigma e dell'ostracismo.

Un contributo al superamento dello stigma arriva:

- dall'aumento dei servizi/associazioni che offrono accoglienza e gruppi per i sopravvissuti e dalla circolazione della notizia dell'esistenza di questi servizi sempre meno ristretta agli ambiti professionali;
- un contributo arriva, forse con qualche incertezza sul messaggio che qualcuno può interiorizzare, secondo la mia preoccupazione, da protagonisti di storie di suicidi e tentati suicidi, che si narrano in scuole, conferenze, convegni;
- il Tavolo provinciale per la prevenzione dei gesti suicidari è una realtà per Treviso, e simili organizzazioni sono presenti a Trento, Bolzano-Bressanone e altri territori. Il Tavolo di Treviso è una realtà attiva dal 2015, realtà che è riuscita a fare rete tra tutti i servizi, associazioni, enti che sono in front office e ha messo in movimento progetti di formazione e d'intervento. Soprattutto si muove raccogliendo meritevoli, efficaci azioni già operative per moltiplicare nel territorio la conoscenza del fenomeno e della possibilità di intervenire anche per la prevenzione. Risponde, in ultima istanza, all'esigenza di raccogliere la sfida della complessità della società attuale.

Certamente alcuni gesti suicidari sono legati alla presenza di un disturbo psichico, ma non oltre il 20% circa secondo la letteratura. Altri ancora sono i gesti improvvisi, inconsulti (cosiddetti *acting out*), ma per nessuno si può escludere la comparsa di elementi sca-

tenanti e/o di condizioni di vita tali da suscitare preoccupazioni e istigare reazioni travolgenti.

Per alcune persone infine, tormentate dall'ideazione suicidaria o da altre sofferenze croniche, gravi, evolutive è molto improbabile riuscire a impedire il gesto e perfino riportare le loro condizioni di vita su un livello così confortante da rendere inefficace l'impulso. È vero però che pur non essendoci certezze a priori che permettano di predire se un tentativo di prevenzione combinato (clinica, farmacologia, relazioni sociali, affettive e spirituali) riuscirà a impedire il gesto, si devono comunque mettere in campo risorse appropriate, per impedire che la morte sia raggiunta nel deserto affettivo.

Oso un confronto con il prendersi cura delle persone senza dimora, che a volte sembrano tali per scelta (si dovrebbe però ricostruire *come* questa scelta sia maturata). Pur nell'impossibilità di garantire una vita «normale» si può e si deve evitare la morte per inedia, per freddo e il sentimento del rifiuto e dell'invisibilità.

La seconda strategia coinvolge la comunità intera che, con i professionisti della salute in prima linea, ha potere di intervento, diretto e indiretto.

La gestione della qualità della vita collettiva, la coltivazione del *munus* comunitario, l'attenzione concreta, non giudicante e oserei dire affettuosa verso chi attraversa momenti di difficoltà: questo è il potere indiretto che ha la comunità, tramite tutti i suoi membri. È un potere indiretto perché non è pensato e mirato per una situazione personale specifica.

Sicuramente chi si sente importante, rispettato, amato può con maggiore probabilità fare pendere la bilancia della propria vita verso la positività e mettere in sordina progetti autosoppressivi. Se ugualmente dovesse passare all'azione, per tutto il tempo avrà goduto della miglior qualità possibile di vita. Abbastanza semplice come proposta, certo impegnativa, ma non di impossibile realizzazione.

Il potere diretto è più complesso da descrivere. Si tratta del potere di intervento attivato tramite la rete di professionisti,

volontari, servizi quando una persona narra la sua sofferenza esistenziale tramite il gesto suicidario. La rete, come per fare un esempio concreto il Tavolo provinciale prima descritto, non nasce per caso, nasce dall'attenzione della comunità per i suoi membri e le loro sofferenze, quindi di tutti per tutti. Un'attenzione che si sostanzia in investimenti per servizi pubblici dedicati, risorse per la formazione di professionisti e volontari, educazione generale. Un ultimo punto è essenziale: non potrebbe funzionare il servizio offerto alle persone senza una strategia volta alla risoluzione dello stigma sociale. Una volta eliminato quest'ostacolo i sopravvissuti potranno recuperare la normalità possibile anche nelle relazioni intracomunitarie e diventare «fornitori» di *empowerment* per ridurre gli impulsi suicidari, perché potranno narrarsi e così facendo accogliere narrazioni di persone a rischio e prendersene cura. Dove si procede già per questa via colgo distinti segnali positivi in questo senso.

La grande quantità di informazioni che alluviona tutti i momenti del vivere è composta principalmente da cattive notizie, sempre più sensazionali nel tentativo di essere colte da numerosi destinatari. È un'esposizione che secondo alcuni (per esempio Laura Olin e Graham Davey) è fonte di depressione, ansia, stress e disturbi post-traumatici.

Quando non si tratta di eventi già accaduti ma di eventi minacciati (invasioni, caduta di meteoriti, riscaldamento globale della Terra, guerra nucleare...) gli effetti sono simili, e l'anestesia verso la sofferenza reale altrui, il cinismo insomma, si arricchisce della resistenza fino al rifiuto del fronteggiamento di questi eventi futuri, sia personali che riguardanti l'umanità in generale.

L'interrogativo che ci si può porre è se la tensione generata dagli anni della Guerra Fredda (e in Italia, dagli Anni di piombo), con l'incubo della guerra nucleare, non abbia dato un decisivo contributo al tentativo di scotomizzare un futuro che non lasciava spazio a un attivo fronteggiamento personale e che poteva sembrare una strada senza ritorno per tutta l'umanità.

Quanto è importante la propria personale visione del mondo? E quanto è importante la sua narrabilità concreta con la prossimità (per esempio il tentativo di suicidio è molto spesso interpretato come richiesta di aiuto, e se è vero significa che o non si è in grado di trasmettere o non si è in grado di ricevere) e la compatibilità con il paradigma di pensiero della comunità di appartenenza?

Questa compatibilità, forse necessaria, è davvero importante, storicamente ha il potere di condizionare le scelte e i gesti individuali, per esempio per la moda e i gusti musicali; più ancora per la scelta di come vivere e morire.

Un breve richiamo a esempi noti può essere dirimente. Il famoso detto: «O con lo scudo o sullo scudo» era il saluto delle madri spartane ai figli in partenza per la guerra. «Alla resa devi preferire la morte» non avrebbe avuto la stessa potenza.

È d'obbligo, sempre in tema di condizionamento sociale, ricordare la scelta del martirio da parte dei cristiani perseguitati, oggi ancora attuale, e l'incrocio sullo stesso terreno del condizionamento sociale con i combattenti suicidi per il Profeta è di una tragicità disarmante.

Molti saranno rimasti turbati quando hanno letto nel capitolo 2 della scelta *usuale* degli Inuit di un tempo, gli Eschimesi, nel momento dell'impossibilità di contribuire in un qualunque modo al sostentamento del gruppo familiare: uscire dall'igloo e lasciarsi morire tra i ghiacci.

Anche l'ondata di suicidi suscitata a suo tempo in tutta Europa, diversamente dall'intenzione di Johann Wolfgang Goethe con la pubblicazione dei *Dolori del giovane Werther*, è il primo esempio di quanto potere d'influenza abbiano stampa e mass media in generale sulla scelta di togliersi la vita. Questo tema è stato ricordato un po' più in dettaglio nel capitolo 6 dedicato a scuola e minori.

Infine, durante la Seconda guerra mondiale le «imprese» dei kamikaze (in continuità con una ideologia che ha attraversato i secoli della storia giapponese) hanno conquistato l'immaginario collettivo ma hanno agito scelte viste su tutti i fronti di guerra.

Le cronache e le statistiche degli ultimi decenni raccontano di scelte, per esempio quanto al modo usato, che rappresentano delle vere e proprie «mode», con ascese e cadute di frequenza dei diversi metodi, suggerendo come le persone che si sentono candidate al suicidio possano sentirsi indirizzate (suggestionate? Istruite?) *anche* nella scelta degli strumenti da quello che *sentono/credono* essere il paradigma di pensiero dominante. Questo inclinare alla suggestione offerta dalla «moda», per cui ci si getta da un certo ponte e non da altri, per esempio, suggerisce che lo stato di queste persone è almeno in parte condizionabile dalle informazioni circolanti.

Questo miserrimo, brevissimo excursus ha l'intento di sottolineare come il paradigma di pensiero di una comunità influenzi, con potenza e con grande variabilità, la scelta autosoppressiva dei singoli, e di conseguenza il sentire dei familiari dei suicidi, le persone per le quali in Italia oggi usiamo come nel resto del mondo il termine «sopravvissuti». Per logica conseguenza prevenire per quanto possibile le scelte suicidarie richiede una riflessione ben ampia sul paradigma di pensiero della comunità, sul senso della vita e della morte, come è intuitivo, ampliandola però fino a comprendere scelte sulla pace e sulla guerra, sulla felicità, sull'amicizia, e più prosaicamente, ma parimenti importante, sull'economia e sulla sua funzione nella vita degli uomini. Per illustrare con un esempio e per non dimenticare, il Veneto, forse più di altre regioni, negli anni recenti della crisi economica ha dovuto confrontarsi con il suicidio di diversi imprenditori che davanti alla prospettiva di fallimento dell'azienda hanno compiuto questa drastica scelta.

Il cordoglio anticipatorio può condurre la persona alla convinzione di non avere un futuro, di non poter uscire da una condizione di vita sentita come intollerabile, di vedere davanti a sé una vita dominata dalla vergogna, dalla sofferenza, da una irrimediabile e insopportabile perdita di identità nei confronti di se stessi e della comunità, dalla solitudine prevista o già sperimentata a causa della morte della persona cara.

Gesti suicidari «anomali»

Dare spazio alle storie seguenti intende far comprendere che non esiste una cesura tra chi medita il suicidio e tutti gli altri, che le ragioni sottostanti ai gesti sono molteplici, non sempre il gesto si connota come puramente negativo, può capitare di essere chiamati a scegliere se compiere un gesto suicidario altruistico, come alternativa ad azioni gravemente dannose per altre persone.

Sono ampiamente conosciute storie di individui che hanno attuato una forma di suicidio «a fin di bene», per motivi socialmente approvati. Sono storie mitologiche e storie reali. Le seconde sono molto più vicine a noi e note, come il ricordato sacrificio di Pietro Micca, di Salvo D'Acquisto, di padre Massimiliano Kolbe. Altre consegnano i nomi degli autori a cerchie più ristrette ed effimere: vigili del fuoco o piloti di aerei per esempio, che agiscono in condizioni critiche e antepongono il bene comune alla propria salvezza, e infine per evitare di compiere gesti che generano effetti più ampi, più gravi della propria morte (come un tradimento che rivelerebbe notizie di sicuro nocumento ad altri).

Sono certo che il sacrificio, la scelta consapevole delle donne gravide che rinunciano o posticipano le cure per il cancro per portare a termine la gravidanza e permettere la nascita del loro figlio, rischiando e trovando a volte la morte, non si possa inquadrare tra i gesti suicidari. Lo segnalo per rispetto e per far comprendere come il confine tra le scelte che diverse persone compiono non sia così netto e così immodificabile come la pigrizia mentale rischia di far credere.

Infine ricordo la grande desolazione che nasce dalla mancanza di una relazione affettiva appagante, se la mancanza è sentita come irreversibile perché legata a un proprio difetto congenito.

Se la persona dovesse ritenere che il proprio sentire non sarà compreso, o che nessuno in nessun caso potrà aiutarla a trovare una via d'uscita, in che modo lavorare sul cordoglio anticipatorio sarebbe utile per la prevenzione del suicidio?