

Il senso della sofferenza alla luce della fede cristiana: una sfida quotidiana per i volontari

di padre Edoardo Gavotti, religioso camilliano

UNA SFIDA QUOTIDIANA PER I VOLONTARI

Ogni accadimento è pro-vocazione, chiamata a qualcosa.

Noi possiamo farci passare tutto sulla testa (chiusura, rigidità, non evoluzione) oppure farci mettere in discussione (apertura al cambiamento e alla integrazione del nuovo nel vecchio e assodato). Il volontario che accosta il malato o sceglie di isolare se stesso dalle problematiche sue oppure se ne fa in qualche modo carico, almeno a livello interiore se non proprio a livello di aiuto all'altro.

Attenzione al triangolo.

La relazione d'aiuto del volontario per avere un'efficacia non può non considerare almeno tre soggetti: il *malato* (il suo sarà un modo originale di vivere un'esperienza universale), *se stesso* (quale il modo di intendere e realizzare il ruolo dell'aiutante?) e la *cultura di riferimento* (l'insieme di convincimenti, aspettative, valori, provenienti dall'ambiente sociale e familiare e fatti oggetto di assimilazione personale da parte di entrambi).

La fenomenologia della sofferenza umana

Il vissuto di malattia è un'esperienza fra le più forti, che crea disorientamento e crisi esistenziale: va a intaccare il rapporto con se stessi, le cose, gli altri e Dio.

Tale vissuto è condizionato (e quindi differenziato) a seconda della personalità, la malattia e le sue circostanze, l'ambiente e, soprattutto, il significato che il soggetto riesce a dargli (cioè quale elaborazione ne fa, in che rapporto lo vede con l'insieme della sua vita).

Dal punto di vista psicologico sono abbastanza ricorrenti tre significati, tre modi di vivere la propria malattia: come *pericolo* (paura, ansia, angoscia); come *perdita* (tristezza, abbattimento, disperazione); come *ostacolo* (grinta, rabbia, ostilità).

Di fronte a qualcosa che scombina le proprie aspettative e progetti, cioè il significato generale e centrale della propria esistenza, sorge il problema di come conciliare e integrare le due cose. Infatti, la malattia sembrerebbe smentire il senso della vita, che è apertura al *senso della meraviglia* ("Che cosa posso conoscere?"), *della responsabilità* ("che cosa devo fare?") e *della speranza* ("Che cosa posso aspettarmi ancora?").

Attraverso queste tre domande di Kant il soggetto si proietta nella vita, impara a *desiderare*, a cogliere ed assumere i *compiti*, a tradurli in un *progetto* attraverso una *trama di rapporti* (per realizzarsi dipende da altri come risorse).

Ora invece la malattia (o altri scacchi della vita) porta il soggetto a diventare lui stesso il questionato e a volgere a sé quelle medesime domande: "perché sono al mondo?" resta sorpreso alla constatazione che qualcosa manca (meraviglia); "che ci sto a fare qui?" si domanda che senso abbia essersi impegnato a maturare e diventare autonomo per poi tornare alla dipendenza (responsabilità); "che senso può avere ancora la vita?" il futuro si è chiuso e mina alla radice ogni progetto (speranza).

La distanza sperimentata fra la illimitatezza del desiderio e la finitezza dell'essere pone il malato in una inquietudine radicale: si presenta sulla scena della vita l'ombra della morte, che è la smentita di tutto. All'uomo è chiesto di realizzare in pienezza il compito della vita (il

verum, bonum e pulchrum), ed ecco invece il muro della morte. La sua è un'inquietudine radicale. Quali desideri e speranze sono ancora possibili se sullo sfondo c'è la morte?

La persona e ruolo del volontario cristiano

Il volontario viene direttamente investito da quelle stesse domande nel momento in cui è posto di fronte allo spettacolo della sofferenza umana e, magari, di fronte a espliciti interrogativi del malato stesso. Egli non potrà pensare di restare neutro, sia perché non è umanamente possibile, sia perché sarebbe controproducente ai fini dell'aiuto efficace. Il malato potrebbe oltretutto nutrire l'aspettativa che almeno il volontario (fra tanti operatori presi dalla frenesia del fare) sia in grado di aiutarlo ad affrontare quelle domande. Pertanto nell'accostarsi al mondo della sofferenza non potrà non rispondere dentro di sé ai seguenti quesiti:

- In che misura vengo toccato, provocato, ferito, dalle drammatiche domande del malato circa il senso del soffrire? (so cioè farle dimorare dentro di me?)
- Quali risposte mi sono dato su quei quesiti per quanto riguarda la mia vita personale?
- Quale risposta ritengo debba essere data al malato in relazione al ruolo che sto svolgendo?

LA RISPOSTA DELLA SOCIETÀ ALLA PROVOCAZIONE DELLA SOFFERENZA

Il terzo lato del triangolo concerne la cultura nella quale viviamo e respiriamo. Essa in materia sanitaria è contrassegnata da una grossa ambivalenza, perché al progresso scientifico fa da riscontro una maggiore fragilità esistenziale.

Il punto di forza

Il progresso scientifico, tecnologico ed economico ha avuto i suoi effetti anche nella medicina che da "arte dell'assistenza" è diventata "scienza della guarigione". L'uomo moderno ha lasciato l'atteggiamento di rassegnazione fatalistica e si impegna in tutti i modi di risolvere ogni problema di salute. Anzi, alla medicina si chiede sempre di più, di produrre un "completo stato di benessere fisico, mentale e sociale" (OMS), facendone quasi una dottrina di salvezza. Questo ha dato alla medicina un potere sempre più assoluto, quasi con l'illusione di poter un giorno debellare definitivamente ogni male. (Pretesa peraltro già ampiamente smentita dalla realtà! L'assurdo è che oggi le persone soffrono di più e si sono moltiplicate le malattie)

Il punto di debolezza

Di fronte alla sofferenza, che comunque rimane, si fa più acuto l'interrogativo sul senso della vita. Di fronte al dolore si sceglie la strada dell'evasione oppure della reazione rabbiosa e disperata. C'è un atteggiamento irrazionale che aprioristicamente rifiuta ci possa essere un qualunque senso al soffrire, per cui si evita anche di cercarlo. E forse questa è la sofferenza più tipica dell'uomo moderno. Su quale antropologia (cioè concezione dell'uomo) si basa questo atteggiamento culturale? E' proprio l'utopia del benessere assoluto, della salute concepita come vitalità fisica, bellezza, efficienza lavorativa, capacità di godimento. Dentro questo quadro la sofferenza viene letta solo come seccatura, viene affrontata solo a livello clinico e biologico, si pone solo la questione della sua eliminazione. In fondo non è qui una delle radici della disumanizzazione nei centri sanitari? (Viene preso in considerazione solo il corpo come insieme di organi da far funzionare! Al malato in quanto persona non si ha niente da offrire)

Conseguenze: irrazionalismo e disperazione

Quella dell'uomo moderno è una carenza metafisica che porta ad un riduzionismo antropologico. Sono parole per dire che c'è l'incapacità di riflettere sulle verità ultime e sull'essere umano, considerato nella sua totalità e mistero. E' chiaro che se l'uomo viene equiparato agli altri animali (solo macchina biologica), quando egli non è più sano fisicamente l'unica soluzione valida e l'unica pietà concepibile sarà quella della sua eliminazione (eutanasia). I malati diventano coloro che rovinano la festa della vita e vengono nascosti, rimossi: diventano dei non-valori.

L'alternativa del realismo cristiano

La posizione cristiana è del tutto controcorrente rispetto all'atteggiamento irrazionalistico di rinuncia, rimozione e negazione della cultura predominante. Nella convinzione che l'uomo continua ad essere uomo anche (e forse più) dentro l'esperienza del dolore, il cristiano ha un atteggiamento realistico nei confronti della vita, sa che il soffrire fa parte del vivere (è la finitudine creaturale), e cerca di restituire l'esperienza del male alla sfera di ciò che ha senso. Questa è la vera via per la umanizzazione del dolore: quella di combatterlo finché si può, ma anche di viverlo da protagonisti quando esso non è totalmente eliminabile.

La ricerca del senso segue pertanto due itinerari: uno è la "sapienza umana" e l'altro la "sapienza della croce". Il secondo non svaluta né elimina la validità del primo, ma lo porta a compimento.

IL SENSO "UMANO" DELLA SOFFERENZA

La ricerca di una spiegazione umana

Già il meravigliarsi, sia pure entrando in crisi, e il porsi interrogativi su se stessi davanti al dolore sono manifestativi della dimensione trascendente dell'uomo. E più l'uomo pone domande, più si distanzia dal mondo animale, al punto che se c'è da preoccuparsi è quando un uomo sofferente non si pone domande.

La domanda sul senso del soffrire coinvolge il senso del tutto: l'uomo diventa problema a se stesso; Dio diventa problema; gli altri diventano problema...

Se si ascoltano le voci di coloro che sono alle prese col dolore, viene a galla una saggezza umana molto ricca e impensabile. Sono loro stessi che ci dicono quali e quanti possano essere i significati del soffrire. Non siamo davanti a una scarsità di risposte: caso mai c'è sovrabbondanza di risposte. Se nonché il senso del soffrire non è un prodotto preconfezionato che si compra in farmacia, bensì il punto d'arrivo di un cammino personale e non delegabile. Ecco perché non è opportuno (anzi spesso è inopportuno) suggerire ad altri i significati che noi abbiamo trovato validi per noi stessi.

Una carrellata di significati

Il dolore può essere letto semplicemente come un fattore legato alla vita biologica, rispetto alla quale è un *allarme*, un sintomo di disfunzionalità. La salute infatti sul piano biologico si evidenzia come "il silenzio del corpo". Da questo punto di vista il dolore è segno di salute, così come è uno stomaco sano quello che vomita un cibo avariato. Sempre in una lettura "naturale" la sofferenza è una necessità evolutiva: è attraverso il morire dei padri che i discendenti possono venire al mondo, come una ruota che gira.

C'è un dolore che è *crescita*, è quella rinuncia e privazione che fa parte del processo educativo, dove il di più dell'umanità non può venire alla luce se l'uomo vecchio non muore: i vari passaggi della vita sono accompagnati dall'esperienza del morire e del rinascere (parto, l'inizio dell'asilo, la pubertà, l'uscita dalla scuola, il matrimonio...).

Il dolore può avere funzione di *purificazione* quando porta a comprendere l'essenza della vita: i valori permanenti e gli specchietti delle allodole. Una malattia può essere l'occasione per riconoscere quanto siano patologici certi stili di vita. Dentro una prospettiva religiosa il dolore può assumere il significato di espiazione delle colpe (quelle reali) o di prova della propria fedeltà. Si pensi a quanto più saldo diventa un legame di coppia quando deve attraversare delle tribolazioni.

A volte il dolore diventa uno *stimolo* a rendersi attenti e responsabili di fronte al tempo della vita che rimane, perché ci fa capire che esso non è illimitato. Richiamandoci l'orizzonte della morte come una questione che davvero ci riguarda, esso ci sprona a non perdere più tempo nell'adempiere al compito dell'esistenza, a non dilazionare oltre.

L'esperienza del dolore è anche occasione di *compassione* vera e di allontanamento dal naturale egocentrismo: chi vi è dentro sa essere più empatico e sensibile al dolore altrui, e chi è vicino al sofferente è concretamente messo nella possibilità di esercitare la misericordia. La sofferenza può diventare il luogo della riconciliazione con gli altri, con se stessi e con Dio. Anche con la propria finitudine.

Non sempre è possibile trovare un senso

L'atteggiamento di chi individua un senso al soffrire facendolo diventare luogo di crescita può tuttavia scontrarsi con lo scandalo di una sofferenza sproporzionata, eccedente, al di fuori d'ogni possibile e ragionevole significato. Pensiamo al cosiddetto "dolore innocente", a morti precoci, a eccidi storici al di là di ogni immaginazione, a certi cataclismi naturali, al logorante disfaccimento di un corpo in stadio terminale... Sono quelle situazioni che fanno mettere in discussione o la bontà o l'esistenza o la potenza di Dio (è la classica questione della teodicea). E' soprattutto qui che l'uomo diventa il questionato. E' soprattutto qui che la sofferenza rivela l'uomo a se stesso. Egli capisce d'essere costitutivamente anche "homo patiens" (sofferente) oltre che "sapiens, faber, ludens...". Capisce di non appartenere a se stesso (finitudine creaturale), che non potrà esprimere tutte le sue potenzialità e desideri. Davanti al muro è provocato a fare un salto nella trascendenza, a guardare alla propria vita non solo dal proprio punto di vista. Capisce che non decide tutto lui sulla propria vita, ma che è invece "interpellabile" da parte di un Altro, che è chiamato ad essere altro rispetto a quello che egli avrebbe voluto essere.

IL SENSO "CRISTIANO" DEL SOFFRIRE

Finora al dolore si sono trovati due possibili significati: combatterlo oppure viverlo in funzione di valori umani da attuare. Può essere però che non basti né l'uno né l'altro. Il credente cristiano ha una ulteriore possibilità: portare quest'esperienza all'interno del proprio rapporto col Dio che si è rivelato Padre, Figlio e Spirito Santo.

Il papa Giovanni Paolo II nella lettera apostolica *Salvifici Doloris* (1984) ha richiamato la Chiesa a riscoprire il senso definitivo della sofferenza umana, che così può essere ricapitolato: "Cristo allo stesso tempo ha insegnato all'uomo *a far del bene con la sofferenza ed a far del bene a chi soffre*. In questo duplice aspetto ha svelato fino in fondo il senso della sofferenza" (SD 30).

Per il credente, il vangelo si condensa nelle parole e soprattutto nella persona di Gesù Cristo. E' nel rapporto con Lui che acquista un nuovo senso tutta l'esistenza, e l'uomo ritrova pienamente se stesso. Pertanto, è lui il paradigma e la risposta definitiva anche alla dimensione oscura della vita: la sofferenza, la malattia, la morte.

Cristo, il buon Samaritano: il “Vangelo della carità”

Gesù si presenta sulla scena della Palestina come colui che realizza la missione del Servo di Jahvè (Lc 4,18-21), venuto ad inaugurare l'anno di misericordia di Dio attraverso l'annuncio e la realizzazione della liberazione degli oppressi e dei malati. Molta parte del suo ministero è volto a reintegrare gli esclusi della società e della sinagoga, fra questi i malati: parla loro del Regno, insegna, dialoga con loro, mostra compassione, fa gesti di cura. Egli è l'incarnazione più completa di quel Samaritano che pone al centro di tutte le proprie cure e premure l'uomo ferito sulla strada.

Gesù dopo la sua resurrezione (cioè, quando non è più fisicamente presente sulla terra) dà mandato alla Chiesa di guarire i malati, scacciare i demoni e annunciare il Regno (cfr Mt 10,8). In tal modo egli non solo si mostra come la più trasparente icona del Padre misericordioso, che si prende cura delle sue creature, ma vuole che anche i suoi discepoli diventino trasparenza di quello stesso amore. La prima lettera di Giovanni afferma che è bugiardo chi dice di amare Dio che non vede e non ama il fratello che vede: il bisognoso diventa la più concreta presenza di Dio (cfr Mt 25,31-46) ed offre l'occasione al fedele di dare credibilità al proprio rapporto con Dio. Gesù non si consegna solo nel segno del pane (eucaristia) ma anche nel segno d'ogni uomo, a cominciare dall'ultimo.

Cristo, l'Uomo dei dolori: il “Vangelo della sofferenza”

La lettera agli Ebrei (5,7-9) dice che Gesù levò forti grida e lacrime a Colui che poteva liberarlo dalla morte e che fu reso perfetto dal suo patire. In tal modo è diventato sommo sacerdote alla maniera di Melchisedeck. Attraverso quella sua sofferenza egli diventa il pontefice, il mediatore fra tutti gli uomini e Dio. Il Gethsemani e il Golgota vedono portato all'estrema conseguenza l'amore di Gesù, che ha fatto di tutta la sua vita terrena una pro-esistenza per Dio e per i fratelli. Nel gesto d'istituzione dell'eucaristia Gesù fa comprendere ai discepoli il senso del suo morire: è lui stesso che si dona. E il Padre sancisce il valore di quella offerta col grande segno della resurrezione. Diventato per sempre il vivente e assiso alla destra del Padre, il Cristo Risorto diventa causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono.

Il cristiano è l'uomo-in-Cristo

“Io completo nella mia carne quello che manca ai patimenti di Cristo, a favore del suo corpo che è la Chiesa” (Col 1,24). L'apostolo Paolo ha bene espresso il senso della vita del cristiano, che è per sempre strettamente saldata a quella di Cristo: essere in Cristo, vivere in Cristo, soffrire con lui, morire ed essere sepolto con lui per poi risorgere con lui. Cristo ha fatto dei credenti un tutt'uno con la sua persona, al punto che essi sono sue membra e lui il capo. Così il fedele può ora condividere tutto con lui e, in lui, può dare senso anche al proprio soffrire facendone offerta al Padre.

Ogni sofferenza acquista senso in quanto partecipazione a quella redentiva di Cristo. E' così che in essa è all'opera la potenza dello Spirito. Così essa può essere liberamente accettata come luogo del totale auto-affidamento al Padre e come dono ai fratelli, come Gesù.

IL BISOGNO DI SENSO E LA RELAZIONE D'AIUTO

a) Non indossare i panni dell'esperto o del predicatore!

Anche se sei conosciuta come persona credente, davanti alla domanda circa il significato della sofferenza non indossare il ruolo di colui che "sa dare le risposte". Il significato utile per il malato non è quello che tu saprai indicare, ma quello che lui saprà trovare. È un cammino che sta iniziando.

b) Attenzione alle facili consolazioni e frasi fatte!

Di fronte alla protesta e all'eccessivo pessimismo espresso dal malato, può scattare in noi la voglia di ridimensionare il problema e di presentarlo sotto una luce più ottimista. Oppure si ricorre a saggezze popolari sotto forma di proverbi o detti. È anche questo un modo per bloccare sul nascere l'espressione di sofferenza.

Risposte consolatorie:

- *Finché c'è vita, c'è speranza!*
- *Non tutto il male vien per nuocere!*
- *C'è chi sta peggio.*

Risposte fataliste:

- *Siamo nati per soffrire!*
- *Quando le cose devono accadere, accadono!*

c) Riconoscere la legittimità della protesta.

Occorre distinguere fra le certezze dogmatiche e le esperienze vissute. Anche se in noi ci sono convincimenti religiosi - quelli appresi nella catechesi o in vari altri modi - non è detto che essi abbiano effettivamente la capacità di costituire una reale risorsa nella presente situazione. Un conto è dire, un conto è esserci dentro! Un conto è il traguardo verso cui camminare, un conto è l'esserci già arrivati.

Es. "Il Signore mi ha messo una croce troppo pesante sulle spalle!"

Risposte inopportune:

- *Il Signore ha detto che dobbiamo seguirlo ognuno con la nostra croce, quale che sia.*
- *Perché dici questo, proprio tu che hai sempre dato testimonianza di profonda vita cristiana!*

Risposta di riformulazione:

- *Senti che in questo momento il Signore ti chiede troppo.*
- *Vorresti poter essere sollevato un po' da questo carico.*

d) Dare voce al bisogno di trovare un senso.

Anche se la richiesta di capire può sembrare paradossale - soprattutto quando una spiegazione "logica" è alla portata di mano (ad esempio: un accanito fumatore che si ritrova un tumore al polmone) - occorre soffermarsi sul bisogno di darsi una spiegazione, invitando ad esplicitarlo.

Es. "Come è possibile che accadano cose del genere? Che senso ha tutto questo?"

Risposta inopportuna:

- *Beh, senta, non sarà mica una novità!*

Risposte di riformulazione:

- *In questo momento lei sente il bisogno di darsi una qualche spiegazione..*
- *Non si sarebbe aspettato che potesse capitarle questa cosa.*

- *Di che cosa ha più bisogno in questo momento?*

e) Ricordati: la domanda è una pista da percorrere!

Quando una persona fa una domanda, il primo passo utile non è il dare una risposta, quanto esplorare la domanda stessa. Infatti, nella domanda sono spesso presenti dei presupposti, che riflettono i convincimenti di chi parla. Più che confermarli o smentirli, vale la pena rendere il malato consapevole di ciò e renderli oggetto di riflessione.

Es. 1: “Non è giusto che Dio mi faccia questo. Perché se la prende sempre con me!”

Risposte inopportune:

- *I disegni del Signore sono misteriosi, se fa qualcosa sarà certamente per un bene superiore!*
- *Non capisco perché tutti debbano sempre incolpare il Signore di tutto!*

Risposte di riformulazione esplorativa:

- *Ritieni che quanto ti sta capitando sia opera di Dio.*
- *Hai l'impressione che Dio ti stia perseguitando, è così?*

Es. 2: “Avrò anche fatto degli sbagli nella mia vita, ma mi pare di avere pagato già abbastanza!”

Risposta inopportuna:

- *Ma no, cosa dice! Lei è una persona che non merita di certo un castigo!*

Risposte di riformulazione esplorativa:

- *Lei sente che in qualche modo questa malattia sia una punizione...*
- *Lei crede che, entro certi limiti, sarebbe accettabile la malattia come forma di punizione...*
- *Ritiene che questa malattia sia davvero troppo rispetto agli errori che ha fatto nella vita...*

f) Aiuta a fare emergere i desideri.

Il fatto stesso che il malato porti il discorso sul significato della sua sofferenza, dice la sua disposizione a mettersi in ricerca. Val la pena alimentare questa ricerca, incoraggiarla e illuminarla.

Risposta aiutante:

- *Quale risposta ti piacerebbe trovare a questa tua domanda? Qual è il tuo più grande desiderio a questo riguardo?*

g) Rimanda il malato a darsi da se stesso una risposta.

A volte chi soffre tende a chiedere ad altri, cose sulle quali in realtà lui stesso ha una risposta. È opportuno che emerga innanzitutto quella risposta.

Es. “Secondo lei, che senso o quale utilità può avere questa faccenda che mi sta capitando?”

Risposta inopportuna:

- *Visto che me lo chiede, rispondo: credo che la aiuterà a valorizzare di più la salute e a capire le cose che veramente valgono nella vita.*

Risposte aiutanti:

- Lei ipotizza dunque che ci possa essere un risvolto positivo...
- Trovo che sia una domanda importante: lei ha già provato a darsi una risposta?
- Per quel che le ha insegnato finora la vita, quale utilità potrebbe venirle?
- La sua fede la aiuta in questo?

h) Evita di valutare (lodare o sminuire) le risposte che il malato si dà.

A suo modo chi soffre si è anche dato delle risposte, che trova del tutto congruenti. A chi le ascolta esse possono invece sembrare retaggio di mentalità soprassate. Non è bene mettersi a fare il discernimento.

Es. 1: ***“Penso che qualcuno mi abbia fatto una fattura! Ci sono tante persone invidiose in giro!”***

Risposta inopportuna:

- *Non stia ancora a credere a queste cose!*

Risposta di riformulazione.

- *Ha la sensazione che qualcuno le voglia male?*

Es 2: ***“Mi sono comportato molto male nella vita ed è giusto che adesso il Signore mi dia una bella bastonata!”***

Risposta inopportuna:

- *Mi pare che lei abbia un'idea troppo punitiva di Dio!*

Risposta di riformulazione:

- *Lei avverte che questo potrebbe essere il momento per ravvedersi su alcuni suoi comportamenti, è così?*

i) Se proprio devi parlare di te, limitati a portare esperienze.

Più che un confronto di opinioni o una discussione, ci si deve orientare alla condivisione di un vissuto che possa infondere speranza.

Es. ***“Cosa ne pensa lei della mia situazione? Non ho ragione di disperarmi?”***

Risposta inopportuna:

- *La cosa peggiore in questi casi è lasciarsi andare: allora davvero non c'è più rimedio!*

Risposta aiutante:

- *Per quanto riguarda la mia esperienza, nel momento più brutto della mia vita, in cui mi sentivo perso, mi ha aiutato la preghiera e alcuni colloqui con un sacerdote.*