

Il dolore sociale nella realtà metropolitana

di Gabriella Panzera

Dolore dei singoli o di una collettività?

Che cosa può avere da dire uno psicoanalista su un tema così complesso e ampio come quello del dolore, tema che attraversa e lacera ogni vita umana? E, più specificamente, cosa può legittimamente argomentare su ciò che viene sempre più a identificarsi come un *dolore sociale nella realtà metropolitana*?

Che significato può avere parlarne per me, per tutti i colleghi di Solidare nell'intreccio delle esperienze professionali e amicali che ci portano costantemente a condividere riflessioni e momenti di lavoro? Ne parliamo come soggetti che fanno parte di questa realtà? Come professionisti che fanno della relazione con l'altro il fondamento del proprio lavoro? A Solidare ne parliamo come gruppo di psicoanalisti che si sono riuniti in una sinergia lavorativa per costruire un ambito di accoglienza, un osservatorio di ricerca sul senso della sofferenza nella nostra collettività.

Pur se siamo psicoanalisti e non sociologi (tenendo a mente il monito di Diego Napolitani sul rischio, per noi tutti, di cadere in una deriva sociologica), è anche vero che nella pratica clinica, come persone e come psicoterapeuti, ci poniamo all'ascolto dell'Altro, di molti Altri, e siamo di conseguenza costantemente immersi in una dimensione sociale. Molti sono d'accordo che oggi non si possa più rimanere rinchiusi nelle proprie specifiche competenze professionali per cercare di "interpretare" il mondo; i confini fra antropologia, sociologia, filosofia e psicoanalisi non sono più invalicabili come un tempo; meglio condividere un vertice epistemologico che affronti in modo inter e multidisciplinare i temi posti in gioco dalle persone che arrivano da noi.

I nuovi contesti culturali permettono sempre più di configurare una teoria della mente come una struttura sociale e complessa che forma il mondo e nello stesso tempo ne è formata; la dimensione sociale diventa quindi non solo l'habitat nel quale l'individuo è immerso, ma struttura della mente stessa, risultato dell'intreccio complesso fra biologia, cultura e società.

Si parla perciò di una mente plurale e interattiva, composta da azioni reciproche fra istanze (menti) differenti e connesse. Gallino parla dell'individuo come di un "attore sociale": Guardare all'individuo come a un attore sociale implica una concezione drammaturgica dell'azione sociale: un discorso composto di atti, anziché di sole parole...che si costruiscono coerentemente tra situazioni, mezzi e scopi d'una pluralità di attori...In questo modello il dramma si svolge nella mente del singolo attore... in quel tempo, lungo o breve che sia, in cui valuta quale azione compiere per districarsi nella rete dei rapporti sociali che lo avvolgono.

Le relazioni, le persone, i vincoli diventano così tutti componenti interni di ogni processo di elaborazione; è in questo senso che si può dire che l'individuo nasce e si costituisce in una costante condivisione di valori con la comunità di cui è parte.

Ma torno alla domanda iniziale: che cosa possiamo dire di davvero autentico sul dolore sociale della nostra realtà metropolitana? In questi ultimi anni a Solidare ho ascoltato una domanda di aiuto che parla quasi sempre di un profondo malessere, diffuso e soffuso, fatto di tristezza, apatia, mancanza di creatività, opacità del pensiero: un impalpabile disagio e un ripetitivo vuoto di senso, che sembra ormai appartenere a tutte le fasce sociali.

Cosa poter leggere in questa domanda, ormai sempre più comunemente povera di parole? Solitudine, senso di inadeguatezza, paura di non farcela, paura del futuro, estraneità? Sicuramente è una domanda che, non riuscendo ancora a formularsi, passa attraverso una aggressività che indica esplicitamente un profondo disagio interiore.

Mi sono più volte trovata a pensare che a quella sofferenza pervasiva e incomprensibile è molto spesso il corpo, a suo modo, a dare parola: ecco allora gli attacchi di panico, il cuore che batte in fretta, il nodo alla gola soffocante e misterioso. Il corpo che patisce, si ammala, ingrassa o dimagrisce prepotentemente, è il solo discorso possibile in attesa di altre parole da raccontare e condividere.

Di solito, della sofferenza si dice che è determinata da qualcosa di esterno o accidentale; in questo senso la domanda delle persone che si rivolgono a noi è che finalmente qualcuno le aiuti a sbarazzarsi dal patimento senza senso che invade la loro vita. Sempre più spesso emerge però che ciò che fa più soffrire è di non corrispondere alle aspettative della società: è proprio il disagio di chi non rientra nella norma che non trova posto nella collettività. Soprattutto nella società metropolitana sembra aver preso piede una micidiale equivalenza tra normalità, equilibrio e omologazione, mista a una costante paura di perdere il senso della propria identità. Spesso l'unico progetto condiviso è il successo economico (e il consumo delle merci) che finisce col diventare il principale indicatore della salute mentale; è questo non poter o non voler aderire a una visione utilitaristica della vita, in cui le risorse vengono messe in campo solo se servono a qualcosa, che inonda la vita di un profondo senso di solitudine ed estraneità.

Scriva Foucault: Forse un giorno non sapremo più esattamente che cosa ha potuto essere la follia. Quale sarà il supporto tecnico di questo mutamento? La possibilità di padroneggiare la malattia mentale come una qualsiasi affezione organica? O il controllo farmacologico preciso di tutti i sintomi psichici?...I progressi della medicina potranno far scomparire completamente la malattia mentale, come già la lebbra e la tubercolosi; ma so che una cosa sopravviverà, e cioè il rapporto tra l'uomo e i suoi fantasmi, il suo impossibile, il suo dolore senza corpo, la sua carcassa nella notte; una volta messo fuori circuito ciò che è patologico, l'oscura appartenenza dell'uomo alla follia sarà la memoria senza età di un male cancellato nella sua forma di malattia, ma irriducibile come il dolore. Se poi cadiamo nell'illusione di pretendere di "curare" il malessere dei pazienti, rischiamo di lavorare, quasi a nostra insaputa, per liberare la società dal disturbo di quei suoi componenti non conformi agli ideali di funzionamento sociale.

Il contesto metropolitano nel quale viviamo diviene così inesorabilmente un habitat povero di relazioni umane significative, di attenzioni, dove le distanze emotive, le sempre più fragili appartenenze, la mancanza di riferimenti certi provocano un diffuso senso di angoscia. E' come se nella nostra città circolassero poche idee, ancor meno valori, come se nessuno potesse avere una storia da scrivere, né passata né futura. La dimensione del tempo, poi, ha assunto una connotazione inquietante; viviamo con la sgradevole sensazione che ci manchi o acceleri, forse perché l'economia ci minaccia, perché la competizione non permette di prendere tempo. Quando ci sembra di non aver più tempo per pensare, o che lo spazio delle cose si restringa, allora ai nostri occhi si forma un mondo che corrode e amputa la vita; tutti i posti tendono così ad assomigliarsi nella freneticità e impossibilità di cogliere particolari e differenze.

Si fa sempre più strada inoltre la paura del mondo "globale": la globalizzazione, che inizialmente abbiamo inteso soprattutto come libera circolazione delle merci, ha in realtà comportato anche la libera circolazione degli uomini e una nuova parola d'ordine, "precarietà": nel posto di lavoro, nelle relazioni, facendosi annunciatrice non già di una

auspicabile flessibilità, ma al contrario di una vulnerabilità minacciosa, compagna – paradossalmente – di quel senso di onnipotenza che ci deriva dalle facilitazioni del mondo globalizzato. Oggi possiamo andare ovunque con voli a basso prezzo, troviamo in rete il nostro partner di gioco a carte – magari in Australia – vediamo gli stessi programmi che si vedono in Indonesia; miseramente (o fortunatamente se riusciremo a coglierne la disumanità) viene però a svuotarsi in questo modo anche l'illusione di costruire rapporti significativi attraverso i cellulari e la posta elettronica. Rimane solo lo spazio per l'assenza di relazioni profonde e una tragica solitudine.

La tecnica – scrive Umberto Galimberti – ha costruito una presunzione di onnipotenza, coniugando tracotanza e vulnerabilità. La scienza di fatto sembra avere come principale effetto la tecnica, costituita da una serie di procedure che vincolano l'azione umana e ne determinano le relazioni reciproche, secondo un testo già dato. L'uomo diventa così solo la rappresentazione di una funzione che determina la sua esistenza.

Il racconto del dolore e la cittadinanza terapeutica

Ma chi arriva a chiedere aiuto a Solidare? Non l'uomo vestito con il cappotto in pieno agosto, che spinge un carrello in mezzo al traffico delirando su qualche congiura; non l'uomo silenzioso che cammina nel parco senza espressione al braccio di una madre anziana; non la ragazza scheletrica di cui si intravedono ossa e disperazione, ma persone come me e come voi, rassegnate a credere che l'infelicità sia un destino, che falliscono ogni relazione sentimentale, che si sentono sempre in difetto, senza voce e creatività, che non hanno più stima di sé, che devono fornire prestazioni sempre più elevate. Persone che si confondono e si perdono nella moltitudine non potendo dar senso al loro alzarsi ogni mattina, che si impediscono di vivere il momento presente e futuro, che hanno perso la speranza; persone che riducono le loro – le nostre – esistenze a una silenziosa e incomunicabile sofferenza.

Laura è una bella ragazza dagli occhi languidi e scuri. Cammina in modo sinuoso, parla piano con una cadenza piatta, appesantita e melanconica. Dichiarò di non sapere perché chiede aiuto, ma sente di stare male, di essere triste, sempre. Ha avuto il telefono di Solidare da un'amica che viene da noi da un po' di mesi, si trova bene e quindi lei ha pensato di fare altrettanto. Figlia unica, vive fuori casa, si sente sola, senza appartenenze. Sullo sfondo una madre sbiadita, protettiva, piena di silenzi e un padre, a suo dire, ostile; genitori che non hanno avuto altro interesse che questa figlia, ma Laura non si sente ancorata ad alcuna relazione autentica. E' sempre in bilico fra il voler costruire progetti per il futuro e, al contrario, restare ferma; si percepisce inadeguata a tutto. Si dice lenta per una vita che corre troppo in fretta mentre tutti intraprendono, fanno, concludono; si vive come fuori luogo e inutile in un mondo dove tutto deve essere funzionale. Si rinchiude e ripiega sempre di più su sé stessa.

Mara ha 26 anni, un aspetto serio e quando arriva al primo incontro parla poco. Sa solo dire che sta male e che ha capito che non può andare avanti così. Faticosamente racconta che ha perso la mamma a 17 anni, morta così velocemente di tumore in due mesi che nessuno sembra aver avuto il coraggio o il tempo di dirle che cosa stava succedendo. Così si è trovata a vivere la sua perdita senza poter dare parola a una sofferenza tanto atroce. Il padre le vuole bene – così racconta – ma è lontano, “viviamo sotto lo stesso tetto ma non c'è legame, non siamo insieme, non c'è storia fra noi, non ci parliamo mai”. Lavora in ufficio, dove nemmeno l'avvicinarsi di turni e colleghi l'aiuta a crearsi rapporti

significativi, amicizie o anche solo occasioni di incontro. Ognuno ha un turno diverso, tutti vivono lontano...Mara si sente senza rete, senza parole, senza progetti, in una città dove tutti sono soli.

Cosa cerca Mara, cosa mi sta dicendo? E Laura? Entrambe forse cercano un modo per poter narrare la propria storia, per non rimanere rinchiusi nella cieca rassegnazione di *essere mondo*, atomi dispersi e nello stesso tempo massificati; hanno forse chiesto aiuto a Solidare per affrontare insieme l'impotenza, dar voce al silenzio e poter così *essere nel mondo*. Mara e Laura sembrano imprigionate in una stupida immobilità, non riescono ad agire, là dove l'agire, inteso come possibilità di dar corpo e forma alla conoscenza, è possibile solo quando ci si lascia attraversare dagli elementi della molteplicità a cui si appartiene. Nell'agire ci si impegna sempre in qualcosa di ignoto, di cui non si conosce già l'esito finale, e si opera dentro la collettività. E' il "reincanto del concreto", per usare le parole di Varela: la conoscenza è in primo luogo incarnata, incorporata e vissuta nel sociale.

A Solidare ci chiediamo se il loro è un disagio privato o se è il segnale di una sorta di impotenza che sembra pervadere tutti. Non sono solo io, come singolo terapeuta, che mi pongo all'ascolto del mondo intimo di tante Mara e tante Laura - e quindi di una collettività - ma è la collettività stessa, di cui anch'io sono parte attiva, che ascolta, accoglie e cerca di dare parola e significato a sofferenze non interpretate. In questo senso parlo di dolore sociale: il dolore di ogni individuo è inevitabilmente anche il dolore della comunità di cui fa parte, e anche noi, quando ci poniamo all'ascolto dell'altro, siamo contemporaneamente soggetti e collettività. E proprio partendo dalla nostra esperienza comune (Solidare è una cooperativa sociale: il termine stesso indica che tutti sono soggetti cooperanti, psicoterapeuti e pazienti) ci siamo trovati a lavorare insieme al progetto di creare un luogo abitato e complesso, una comunità che possa accogliere le sofferenze di molti per creare con loro - di cui inizialmente sappiamo solo qualche frase - un intreccio di narrazioni, una storia comune.

Vorrei concludere proponendovi le riflessioni del Cardinale Martini contenute nell'articolo "La cittadinanza terapeutica", in cui viene data un'interpretazione affascinante dell'episodio "L'indemoniato di Gerasa" tratto dal Vangelo di San Marco¹:

La cura profonda dell'uomo chiede quindi un prezzo (duemila animali sono una ricchezza non indifferente) a quella stessa società civile che non ha saputo accoglierlo, perché il benessere di una persona nella collettività è un fatto che investe tutti, che chiede tempo, energie, risorse, reciprocità e attenzione per il suo reinserimento sociale.

L'uomo di Gerasa viene guarito non solo attraverso la relazione personale, ma anche grazie a un'azione sociale. Il benessere mentale dei singoli, oggi come sempre, rappresenta per tutta la collettività un forte investimento a cui la società civile non può non partecipare. Martini sottolinea il valore della partecipazione sociale, che può contribuire alla costruzione di una metropoli dove la cittadinanza, intesa come appartenenza attiva alla città, diventa terapeutica perché fonte di benessere per tutti.

¹ Un uomo della città di Gerasa dai comportamenti bizzarri, inquietanti e auto aggressivi (si percuoteva con delle pietre) era stato relegato dalla sua comunità in un luogo di morte; quando Gesù lo avvicinò chiedendogli il suo nome, questi rispose: "Il mio nome è Legione, perché dentro di me siamo in molti" (in alcune versioni: "Il mio nome è Moltitudine, *nda*). Gesù si lasciò avvicinare, lo ascoltò e ordinò agli spiriti maligni di uscire dal suo corpo; gli spiriti supplicarono Gesù di non scacciarli dal paese e gli chiesero di poter entrare nei corpi di una mandria di duemila porci. Così fatto, l'intera mandria si gettò immediatamente in mare.

Oggi la crescente vulnerabilità psichica dell'uomo contemporaneo, confermata dalle percentuali in aumento delle persone con disagi psichici o malattie psicosomatiche, dice di come è davvero difficile *socializzare* una malattia, soprattutto se mentale. Socializzare una sofferenza significa appunto poterla condividere e comunicare, nel tentativo di trovare nella relazione con l'altro un luogo, un tempo e uno spazio affettivo capace di ascolto e comprensione. Il contesto sociale, che molto potrebbe contribuire a una migliore vivibilità del dolore, è invece spesso quel luogo ostile in cui si annidano pregiudizi, stupidi individualismi e solitudini disperate. E allora, se proprio nessuno ascolta, se noi stessi, complici di questa mancata comunicazione, imbocchiamo quella via che ci porta a far tacere l'anima e a soccombere sotto le sue perturbazioni – a quel punto non più riconoscibili né nominabili – è solo dentro la comunità che l'uomo può dare senso e parola alle proprie sofferenze.

Quando poi facciamo nostra la tesi che il dolore non può essere estirpato come se fosse un nemico da combattere, e siamo in accordo con quella visione del mondo che concepisce il dolore come un tratto inscindibile dell'esistenza, allora è solo la dimensione comunitaria a rendere possibile – mentre fa da cornice a un fitto intreccio fra identificazioni, individuazioni e costanti scambi fra la mente e l'ambiente – la convivenza con il dolore e la sua trasformazione in quella impresa conoscitiva necessaria per trovare il coraggio di affrontare e dare senso alla propria vita.

La nostra dimensione sociale, in qualità di persone, pazienti e contemporaneamente terapeuti, ci costituisce e ci determina come una comunità in cui, attraverso la partecipazione attiva di tutti, l'altro diventa un *socius* con cui si possono costruire progetti di cura e di vita; in questo modo – dice il Cardinal Martini – si diventa “cittadinanza terapeutica”. Parlo di una comunità, quindi, nella quale un soggetto può esistere con altri, comunicare e parlare di sé per differenze accettabili, costituirsi per singolarità parziale e parziale comunanza; una comunità nella quale tutti possono trovarsi in un comune sentire, una prassi comune e un progetto interrelato.

Bibliografia

- Benasayag M. e Schmit G. (2004), *L'epoca delle passioni tristi*, Feltrinelli, Milano.
- Bonomi A. (2007), “Banlieu, comunità e periferie nell'epoca delle città-mondo”, *Communitas*, vol. 1.
- Foucault M. (1963), *Storia della follia nell'età classica*, Rizzoli, Milano.
- Galimberti U. (2005), *La casa di Psiche*, Feltrinelli, Milano.
- Gallino L. (1987), *L'attore sociale. Biologia, cultura e intelligenza artificiale*, Einaudi, Torino.
- Manghi S. (1995), “Corpo e destino, la trama vivente dell'attore sociale”, in P. Borgna (a cura di), *Corpi in Azione*, Rosenberg & Sellier, Torino.
- Martini C.M. (2006), “La cittadinanza terapeutica”, in *Communitas*, vol. 12.
- Rotelli F. (2006), “Ma la salute mentale che cosa è?”, in *Communitas*, vol. 12.
- Varela F.J. (1994), *Il reincanto del concreto*, in P.L. Cappucci (a cura di), *Il corpo tecnologico*, Baskerville, Bologna.