

Livia Cadei

Narrare il dolore: accompagnare le parole del dolore

Il dolore è scomparso. La nostra società ha avviato da tempo un processo culturale in cui malattia e morte tendono ad essere occultati, così che Philippe Ariès parafrasando Geoffrey Gorer dichiarava: «non sono più i bambini a nascere sotto i cavoli, ma i vecchi a scomparire tra i fiori»¹.

Se un'esperienza non è sostenuta dal linguaggio e se non sono disponibili i codici per esprimerla, anche il suo senso si affievolisce. La parola, infatti, organizzazione significante, rende accessibile l'esperienza e la sua elaborazione.

In particolare, il fenomeno a cui si assiste è la mancanza di un linguaggio socialmente condiviso che offra alle persone gli schemi mentali e le parole in grado di esprimere la sofferenza. La rimozione del dolore e della morte sono resi evidenti dall'imbarazzo nell'impiego di termini adeguati e da un conseguente slittamento semantico, così che, ad esempio, nei nostri giorni l'infinito "morire" perde modi e tempi a favore dell'impersonale "si muore".

1. I paradossi del dolore

D'altra parte, parlare del dolore non è cosa semplice: cosa c'è da dire? Come esprimere la sofferenza? E cosa si può dire quando si è accanto a chi vive nel dolore?

¹ P. Ariès, *Storia della morte in occidente*, BUR, Milano 2009, p. 214; G. Gorer, *Pornografia della morte*, in «Death, grief and mourning», Doubleday & Company, Garden City, NJ 1965, pp. 39-45.

Sappiamo che il dolore piega, spezza. Il dolore isola, separa ed impedisce di partecipare alla vita degli altri, esclude. Esso chiude possibilità ritenute scontate e dovute, modifica le condizioni d'esperienza. Nel dolore e nella sofferenza accade qualcosa che interrompe l'abituale ritmo della vita e ne sconvolge la quotidianità.

Il dolore puro è difficile da raccontare. Il suo urto è nemico di ogni facile consolazione. L'intenso racconto autobiografico offerto da Clive S. Lewis presenta il tema con lucidità: *Tra me e il mondo c'è una sorta di copertura invisibile. Faccio fatica a comprendere il senso di ciò che gli altri dicono. Oppure, può essere, che faccia fatica a ritrovare la voglia di comprendere. È così poco interessante. Nonostante questo desidero avere gente intorno. Ho il terrore dei momenti nei quali la casa è vuota. Ma vorrei che parlassero tra di loro e non a me².*

Così, l'autore avverte di un primo paradosso a cui il dolore espone: nella condizione di chi soffre il linguaggio sembra venire meno; nel "dolore sordo", che è inesprimibile e difficile da ascoltare, la parola mostra la sua insufficienza. Tuttavia, al tempo stesso, colui che soffre intuisce il bisogno di parlare ed intravede nello scambio relazionale il sottile filo che lo tiene legato agli altri esseri umani.

Quando si nasce non si inventa un linguaggio, ma si entra in un discorso che è già in essere. Quindi, nascendo impariamo anche il linguaggio del soffrire, che è quello che circola nella comunità in cui viviamo. L'esposizione al dolore sembra privare la persona del linguaggio sino a quel momento disponibile e si assiste alla necessità di una progressiva riappropriazione. È urgente il bisogno di impiegare un alfabeto con il quale riarticolare il balbettio che ha invaso il linguaggio.

Con la parola la persona riallaccia i legami ed accede nuovamente alla rete delle relazioni. Si tratta di un processo lento, che la persona si impegna nella ricerca di nuove modalità per stare nel mondo.

Il secondo paradosso del dolore espone la persona ad una duplice esperienza: da un lato il dolore ammutolisce, ma dall'altro lato lo stesso dolore acuisce la percezione alla ricerca profonda del senso. Al proposito, Virginia Woolf nel saggio *Voltando pagina*, lamenta che la letteratura

² C.S. Lewis, *Diario di un dolore*, Adelphi, Milano 1990, p. 85.

non abbia rivolto alla malattia un'attenta considerazione. Opponendosi a un pensiero ed a una sensibilità secolari, la scrittrice rivendica le opportunità della malattia e mostra, con una serie di immagini originali, come senza malattia certe verità rimarrebbero per sempre escluse alla conoscenza umana affermando: Nella malattia le parole sembrano possedere una qualità mistica. Afferriamo ciò che sta al di là del loro significato superficiale, istintivamente cogliamo questo e quello e quell'altro – un suono, un colore, qui un accento, là una pausa – che il poeta, sapendo che le parole scarseggiano rispetto alle idee, ha disperso attraverso le pagine per evocare, quando tutti i segni siano stati raccolti, uno stato mentale che né le parole possono esprimere, né la ragione spiegare (...). Nella malattia, l'incomprensibilità ha un enorme potere su di noi, più legittimamente forse di quanto gli eretti vogliano ammettere. In salute il senso usurpa il suolo del suono, l'intelligenza domina sui sensi" (...) "le parole liberano il loro profumo, sussurrano come fanno le foglie, ci coprono di luci e ombre, e poi, se alla fine afferriamo il senso, è tanto più ricco per il lento viaggio che ha fatto, che gli è fiorito sulle ali³.

Di fronte a questa carenza di espressione che si manifesta insieme al desiderio di comunicare, le persone hanno bisogno di parole nuove, di racconti che permettano loro di attribuire un senso inedito alla propria esperienza di dolore e che le sostengano nell'esercizio di un compito evolutivo importante, anche se difficile e drammatico.

La persona che soffre domanda non tanto risposte, ma chiede piuttosto di poter rendere disponibile un modo diverso di esprimere la sofferenza e di trovare luoghi e tempi in cui questa sofferenza possa essere custodita ed elaborata; poiché se è vero che le persone sfuggono all'isolamento, non temono la solitudine; se evitano l'inerzia e la disperazione, sono disponibili alla riflessione e alla meditazione, se schivano la pubblicizzazione del proprio dolore, desiderano poterlo comunicare a persone che sappiano ascoltarlo e rispettarlo.

³ V. Woolf, *Voltando pagina*, Il Saggiatore, Milano 2016, p. 551.

2. Parole per dirlo

Nel profilo essenziale il dolore è solo di chi soffre, ma pone un'interrogazione che pesa sul significato dell'esistenza di tutti. Per Salvatore Natoli, la dimensione universale è quella del danno, mentre singolare è il significato che si attribuisce al soffrire e che consente di vivere in modo diverso la sofferenza. Il danno può assumere le stesse forme, ma il senso che si riconosce a quella lacerazione è diverso a seconda dell'epoca e del contesto in cui chi soffre si trova a vivere. Così intesa, l'esperienza del soffrire prende forma dal rapporto circolare tra danno e senso: «il danno – di per sé universale – viene sempre raccolto nel senso e da esso specificato [...] il danno è sempre raccolto nel senso e nello stesso tempo lo lacera. L'uomo in quanto vivente è già da sempre posto in una rete di senso: per questo, nonostante la lacerazione, ha pur sempre motivo e bisogno di chiedere qualcosa, qualcosa si attende [...] nel senso lacerato c'è attesa di senso»⁴.

Il soggetto attribuisce alle situazioni dolorose un significato “personale” che incide sul vissuto emotivo, sulle motivazioni all'agire e sul modo di comportarsi nelle varie situazioni.

Diventano allora importanti le modalità con cui chi sta accanto è in grado di accompagnare chi sta vivendo il dolore. Si tratta di un compito non facile anche per gli operatori che affiancano le famiglie nel dolore.

Accogliere il bisogno delle persone di riappropriarsi di un alfabeto relazionale spesso non corrisponde alle possibilità offerte da parte della società, che sembra a sua volta sprovvista di codici da condividere. “La crisi in cui versano i riti tradizionali e la mancanza di nuovi scripts sociali”⁵ provocano una sorta di “congiura del silenzio” intorno a queste condizioni inevitabili quanto naturali.

Permettere di porre in luce le dinamiche di significazione del dolore richiede agli operatori una competenza importante, poiché anche loro sperimentano il difetto delle parole, l'impigliarsi del linguaggio che rischia di colludere con il desiderio di non affrontare la realtà.

⁴ B. Forte, S. Natoli, *Delle cose ultime e penultime. Un dialogo*, Mondadori, Milano, 1997, pp. 13-14.

⁵ I. Testoni, *L'ultima nascita, Psicologia del morire e «Death Education»*, Bollati Boringhieri, Torino 2015, p. 99.

Occorre dare parola al dolore e favorire la sua espressione. Significa offrire il tempo e lo spazio per esprimere l'esperienza e fare emergere un pensiero. Il tipo di discorso che gli operatori adottano per descrivere una situazione rende disponibili alcuni significati per arrivare a costruire cornici di senso.

Gli operatori mettono a disposizione le parole di cui dispongono; infatti non tutte le parole sono adatte, alcune semplificano e altre stigmatizzano. Esistono parole che permettono i racconti ed altre che lo inibiscono o lo irretiscono.

Siamo consapevoli che le parole hanno un potere magico, tanto di fascinazione quanto di imprigionamento, pertanto il linguaggio del racconto non si limita a rappresentare la realtà, ma la costruisce, nei modi con cui i soggetti danno senso alla propria vita e alla propria esperienza. I racconti si fondano sulle parole e non sui fatti e il tempo narrato non si compone in una mera cronologia di eventi, che assume la forma più di un'enumerazione, ma elabora immagini coerenti e guadagna senso per l'identità⁶. Svincolata dalla presunta oggettività, la parola rappresenta una risorsa euristica promotrice di interpretazioni multiple. Di per sé, il rapporto tra esperienze vitali e possibilità di espressione attesta una funzione creativa inesauribile.

La narrazione quindi rende disponibile un luogo in cui si possa depositare l'esperienza e si possa ritornare su di essa. In forma orale o scritta, essa può offrire uno strumento prezioso per individuare i significati dell'esperienza e aiutare la persona ad attribuire alla realtà la sua valenza⁷.

Alla narrazione viene riconosciuta la qualità di essere «un rivelatore acuto dei motivi di un'esistenza e un potente operatore di sintesi tra il passato, il presente e l'avvenire del soggetto: lontano da essere la semplice restituzione di un passato fattuale, scrive l'esistenza e la storia individuale in una dinamica prospettica e apre così l'avvenire del soggetto, insieme ai sé possibili, al progetto e all'azione»⁸.

⁶ B.-C. Han, *Il profumo del tempo. L'arte di indugiare sulle cose*, Vita e Pensiero, Milano 2017, p. 36.

⁷ L. Cadei, *Quante storie! Narrare il lavoro educativo*, ELS Morcelliana, Brescia 2017.

⁸ Ch. Delory-Momberger, *La part du récit, «L'orientation scolaire et professionnelle»*, xxxix, 1 (2010), p. 101.

Tutto ciò significa riconoscere che il linguaggio è più che una mera descrizione e di fatto 'crea' le cose, porta a prestare un'attenzione particolare verso la narrazione del dolore che può produrre significati.

Accompagnare chi vive l'esperienza del dolore, perciò, non è pratica semplice se la si intende in una prospettiva educativa, cioè come l'abilità di stare accanto senza dare la risposta; accompagnare l'altro vuol dire non inibire, ma autorizzare le domande e riconoscere la loro legittimità. C'è bisogno allora di esperti accompagnatori che sappiano accogliere con discrezione e delicatezza le domande che derivano dal dolore degli altri.

Di conseguenza, le parole devono essere manipolate con estrema cautela e precauzione al fine di non stigmatizzare comportamenti differenti. Per raccogliere la sfida c'è bisogno di abili accompagnatori che sappiano maneggiare le domande e che offrano parole per il racconto nell'accompagnamento, il lavoro impegnativo dell'accompagnatore è quello di «preservare l'enigma dell'altro»⁹. Occorre avere l'attenzione prudente di chi sa di avventurarsi in territori intimi, burrascosi e pericolosi.

⁹ P. Fustier, *Les corridors du quotidien. Clinique du quotidien et éducation spécialisée en institution*, Dunod, Paris 2008, p. 94.