

**RESILIENZA.**  
**RISONANZE E INTERPRETAZIONI DELL'ULTIMA STAGIONE DELLA VITA.<sup>1</sup>**

*Sergio Astori*  
*Psichiatra e psicoterapeuta*

Un uomo, costretto a letto da molto tempo, d'improvviso si era trovato più vicino alla morte. Non sapeva quanto gli sarebbe rimasto ancora da vivere. Il medico, chiamato d'urgenza dai figli, aveva tagliato corto: "In un caso come il suo, gli analgesici funzionano davvero bene". Si era quindi congedato: "Scusate, ma diversi pazienti mi aspettano. Se serve, avete il mio numero". Poi era arrivato il prete. Quell'uomo-di-Dio che in confessione aveva udito i timori dell'anziano di non veder crescere i nipoti, e, soprattutto, la paura di non poter restare al fianco della moglie, anche lei non più in forze. Il sacerdote la prese da lontano: "Caro mio, sai meglio di me, che sono solo un prete, che non ci si deve demoralizzare: tutti gli scienziati concordano che le difese immunitarie sono più forti se non ci si deprime. Devi essere fiducioso". Continuò con qualche generica frase sulla salvezza e sulla salute e se ne andò benedicendo.

Infine, un vecchio conoscente si trovò a passare di lì. Pare fosse in zona per lavoro, ma poco si sapeva di lui perché i due non si vedevano da anni. L'uomo estrasse dalla sua borsa in pelle un libro e, accostata una sedia al letto dell'ammalato, bisbigliò: "Ascolta le parole di questo bel libro russo, che si intitola "Racconti di un pellegrino russo": A volte percorro in un solo giorno settanta e più verste, senza neppure accorgermi di camminare ... soffro per il freddo pungente ... e la fame mi assale ... sono divenuto una specie di folle ... non ho più preoccupazioni, né affanni"<sup>2</sup>. Continuò mentre l'amico, cullato dal racconto, socchiuse gli occhi. Senza disturbarne il sonno, ripartì. Ci domandiamo: quale dei tre uomini è stato veramente d'aiuto?

Ho scritto una storiella per alcuni motivi.

I racconti si ricordano meglio.

I racconti si capiscono.

I racconti possono essere continuati da chi li ascolta.

Mi è stato domandato di introdurre il tema della resilienza e di interrogarmi se questa capacità psicologica possa essere messa in gioco "nell'ultima stagione della vita". L' *ultima stagione* è un'espressione ampia. Le stagioni a volte sono ben definite, altre volte, come in questo particolare 2017, sfumano senza troppa chiarezza l'una nell'altra tanto da farci trovare senza neve in montagna a febbraio, oppure a vivere

---

<sup>1</sup> Conversazione tenuta presso la Parrocchia di San Vito al Giambellino, Milano, il 18 ottobre 2017

<sup>2</sup> Parole liberamente tratte dalla pubblicazione curata da A. Mainardi per Qiqajon (2005)

una tiepida ottobratura come nella giornata di oggi. Non mi sto riferendo al *tempo stagionale* per nostalgia di lunghi e freddi inverni col cappottino, ma per ricordarci che le *ultime stagioni* si insinuano nella nostra vita talvolta in modo repentino, talvolta in modo subdolo, a volte con incredibile gradualità.

Ho voluto riferirmi al *cambio di stagione* per introdurre il tema della *resilienza*. Con questo termine s'intende, infatti, la capacità di superare ostacoli e raggiungere traguardi mantenendo elasticità e umore positivo dopo aver subito una trauma o una forte situazione di stress.

*Andiamo per gradi.*

*Incontrare la propria fragilità* può essere inteso come una *caduta*: è un abbassarsi rispetto al senso di integrità e forza che si prova nell'età giovane adulta in genere, e che si vorrebbe mantenere per sempre.

Accogliere dentro sé l'idea che *qualcosa di noi è irrimediabilmente perso* non è affatto facile. Rileggere questo abbassamento come occasione per avviare un'autentica trasformazione e anche una rinascita può sembrare addirittura utopico.

Eppure, il racconto letto all'inizio dice che può esistere una possibilità, ed è importante rimuovere qualsiasi ostacolo che possa negare questa possibilità.

**Tutte le fragilità e le perdite rimandano all'idea del morire**, un'idea che agli esseri umani non piace affatto e che si tenta in ogni modo di accantonare. Diversi miti antichi ne parlano. Già mezzo millennio prima di Cristo, Eschilo racconta che Prometeo è stato punito da Zeus per un duplice motivo: aver donato agli uomini il fuoco e *anche* per averci concesso l'incredibile dono di *distogliere lo sguardo fisso al nostro destino mortale*. Precisa il tragediografo "con la medicina delle cieche speranze".

CORO:

*Non sei forse trascorso ad altro eccesso?*

Prometeo:

***Dal fissare il destin distolsi gli uomini.***

CORO:

*Quale farmaco a tal morbo trovasti?*

Prometeo:

*Nei lor petti albergai **cieche speranze.***

CORO:

*Gran beneficio fu questo per gli uomini.*

(*Dal Prometeo incatenato. Traduzione Ettore Romagnoli<sup>3</sup>*).

Nel titolo scelto da don Antonio Torresin per la conversazione sulla resilienza di questa sera, si fa cenno a *risonanze e interpretazioni*.  
Compito non facile.

Ho deciso di tenermi a distanza da concetti e teorie che possono trovare altre sedi per essere esposti. Preferisco condividere alcune *idee pratiche* che derivano da due

---

<sup>3</sup> <http://www.filosofico.net/promincateneschilo42.htm>

decenni di ascolto quotidiano di variegata vicende umane. I miei pensieri sulle *modalità resilienti di affrontare il tempo terminale della vita* si sono formati anche grazie alle letture di molti autori verso i quali sono debitore, senza ricordarli esattamente tutti in questo momento.

Partiamo dalle *risonanze*. Proporrò alla fine una piccola interpretazione da portare a casa, per continuare la riflessione.

Ho intitolato le tre *risonanze*: le false consolazioni, il tempo vissuto, l'ora del silenzio.

## **Le false consolazioni**

Nulla crea maggior disgusto in chi si affaccia all'idea della propria fine, che sentire dire dagli altri *“continua a vivere”, “cerca di pensare ad altro”, “vai avanti”*. Gli atteggiamenti di formale compatimento, di richiamo a modelli assoluti di funzionamento sono una trappola per chi li esercita e per chi li subisce. Chi compatisce mette in mora la propria partecipazione empatica ai piccoli grandi momenti di sconforto e depressione di chi si trova a misurarsi con le notti più inquiete della propria vita; chi è compatito con superficialità si sente messo in disparte e non ha più spazio per affermare il suo modo unico e originale di vivere il dolore e la perdita.

Ricordo quanto fosse inflessibile su questo punto un mio maestro, psicoanalista, docente all'Università Cattolica. Ancor prima di ammalarsi lui e rivelare la sua profonda religiosità cristiana, era solito ripetere a noi giovani psicoterapeuti che nulla vi fosse di strano che nelle *stagioni difficili della vita* la fede d'improvviso vacillasse. Quel professore diceva: *“Arriva per tutti il giorno in cui è difficile arrivare fino in fondo ad un'Ave Maria”*. Non intendeva, come si potrebbe credere, che si esaurisce il desiderio di pregare, ma che, anzi, la preghiera più innocente è *messa alla prova* se si capisce che *un'Ave* si apre con il saluto ampio dell'annunciazione, ma si fa anche Getzemani proprio nella chiusura stretta delle labbra nell' *“adesso e nell'ora della nostra morte”*. In fondo ad un'Ave Maria *l'ora presente* e *l'ora ultima* sono tremendamente accostate.

“Rimbalzare a bordo” è un modo di tradurre alla lettera, dal latino, l'inconsueta parola “resilienza”. Una prima *risonanza* che vorrei condividere è questa: *a nessuno può esser domandato di rimontare a bordo se viene sobbarcato di altri compiti: quello di dover resistere, quello di dover dimostrare, quello di assicurare i falsi consolatori che non si soffre e non si pena troppo.*

**Il medico della storiella rappresenta i falsi consolatori:** lasciando in modo affrettato il proprio numero (di telefono) per essere eventualmente contattato, fa diventare il paziente stesso “uno dei tanti numeri” di cui si occupa, rimarcando che sono gli ammalati a non poter fare a meno di lui.

## **Il tempo vissuto**

Se ci confrontiamo con la fragilità ed il lutto, dice il mito ricordato prima, perdiamo *l'illusione di non dover fare i conti con il nostro essere temporalmente limitati*. Ci

sentiamo scippati. Quanto era nascosto agli occhi emerge d'improvviso, trovandoci increduli, impreparati, quasi del tutto incapaci di reagire.

Nel libro *Resilienza*<sup>4</sup> ho cercato di mostrare che si resta immobilizzati e si fatica a riprendersi dalle avversità se si ingaggia *un'improbabile lotta con il tempo*, non rispettando il semplice fatto che non abbiamo alcun modo per determinarlo.

Non potendo accorciare o dilatare il tempo a nostro piacimento, davanti a noi s'apre un bivio: o *sprofondare nell'angoscia*, in quella ansietà senza limite nella quale le *cieche speranze* di Prometeo non proteggono più; oppure, ed è questa *la strada virtuosa della resilienza*, accogliere, riconoscere la propria vulnerabilità tanto da tornare in contatto con una *vitalità* che ha il sapore di una *rinascita*.

Mentre parlo, affiora il ricordo un amico, un catechista che ebbe la sfortuna di sviluppare un tumore cerebrale. Era un raffinato pensatore e un brillante comunicatore. Aveva dedicato la sua vita professionale ai giovani e all'educazione. Da lui ho ricevuto questa lezione. Gli ultimi mesi della sua vita materiale furono un calvario: terapie debilitanti, difficoltà intellettive e un corpo intero, prima sportivo e vigoroso, che lo abbandonava a vista d'occhio. Lo vedevo arrivare in parrocchia, sotto braccio alla moglie, ogni volta che vi era la riunione di un qualche gruppo di giovani. Si sedeva in fondo all'aula di catechesi, senza recare alcun disturbo, senza essere neppure notato dai giovani e dagli adolescenti. Nei mesi invernali smise di riconoscermi e a quel punto dissi alla moglie che la sua presenza era apprezzabile, ma di non sentirsi in obbligo di venire se fosse stato troppo impegnativo per loro. Da *bravo studente* di medicina devo pure aver aggiunto che uscire di casa in quei mesi freddi poteva essere rischioso. Anna mi guardò (ricordo ancora i suoi occhi carichi di lacrime) e disse fissandolo teneramente: *"Anch'io sono stupita. È come se aspettasse tutto il giorno di venire. Per diverse ore è agitato, poi veniamo qui ed è in pace con se stesso, addirittura contento. Anche il neurologo ci ha sconsigliato di uscire la sera: gestire una delle sue crisi epilettiche qui in oratorio sarebbe quasi impossibile. Eppure lui vuole stare in mezzo ai giovani per i quali ha speso l'intera vita"*.

Per me Giovanni non è mai *defunto* nel senso letterale del termine *de-fungere*: *cessare di funzionare*. Dalla cattedra della sua sedia a rotelle, e grazie all'amore concreto della sua sposa, Giovanni mi ha dato un'ultima lezione: *l'idea della perdita è meno paralizzante se la persona umana non è valutata per la sua funzione, per le performance e per il suo ruolo*. In altre parole, si sfugge meglio all'abbraccio fatale della perdita di senso e di vita se si è costruita e condivisa un'idea di sé più grande che la somma delle realizzazioni economiche e sociali. Anna aveva compreso che Giovanni era una persona completa e felice potendo dare le sue ultime attenzioni ai giovani che, come docente e guida, aveva sinceramente amato. Giovanni era in pace sapendo di poter arrivare alla sera successiva.

Ecco la mia seconda *risonanza*: *per risalire in barca serve prendere coscienza e poter esprimere d'essere persone che si sono solo rovesciate*.

**Il sacerdote della storiella rappresenta coloro che non sono disposti a perdersi:** non permettendo all'altro di dare un significato personale all'angoscia e al disorientamento, lasciano senza appiglio chi è stato sbattuto dalla vita, abbandonandolo alla rappresentazione che questa sia solo una vita maledetta.

---

<sup>4</sup> Resilienza. Andare oltre: trovare nuove rotte senza farsi spezzare dalle prove della vita. San Paolo Editore, 2017.

## L'ora del silenzio

L'altra settimana un amico mi ha raccontato d'aver incontrato una *malata terminale*. Questa donna, sulla quarantina, con un figlio di circa dieci anni, era stata abbandonata da tutti, marito compreso che, scoperta la malattia, se n'era andato con una ben più giovane e sana di lei. Insieme all'amico che mi descriveva lo strano incontro, abbiamo riflettuto sull'*impaccio* da lui avvertito in casa della donna, di fronte a quel letto già segnato da *un'imminente partenza*. Gli sguardi silenziosi alla donna e al figlio lì vicino, diceva, sostituivano le frasi che non aveva più senso pronunciare. Come ospite si era sentito piccolo di fronte al misterioso annullamento di ogni lessico familiare. Si era portato a casa l'idea che solo poche parole fossero riuscite a dare dinamismo a quell'immobile trapasso. Erano le parole di gratitudine del ragazzino per il fatto che qualcuno fosse venuto, e non accadeva da tempo, a *salutare la sua mamma*. Lì dove non risplendeva più quasi alcuna luce da diverso tempo, era tornato a splendere il significato originario il verbo salutare (*dare un saluto/dire salute*). Il mio amico aveva *quasi solo* potuto salutare la donna, ma attraverso quella visita anche il bimbo aveva potuto riconoscere il valore del verbo "salutare". Io credo che in quell'istante la morte non abbia più trovato nulla da prendersi perché anche quel bimbo poteva permettersi di lasciar partire la mamma per il suo viaggio di ritorno. Prendo volentieri in prestito le parole di un libricino di Philippe Baudassé uscito in italiano lo scorso settembre<sup>5</sup>:

*"Non siamo degli esseri immortali, ma degli esseri mortali chiamati all'eternità. Questo cambia radicalmente il nostro modo di affrontare la vita. Ogni essere a questo mondo apporta la sua propria nota al grande concerto della vita, e quella nota accordata e intonata con l'armonia totale resterà per sempre. La vita eterna, quindi, ha già avuto inizio, poiché la nostra nota ha cominciato a risuonare nel momento in cui siamo stati concepiti. La nostra vita sulla terra non è il passaggio di una traccia fugace e subito scomparsa nel grande tutto, ma l'impronta indelebile dell'amore che siamo stati capaci di celebrare e di donare".*

L'ultima risonanza è, dunque, questa: *nell'ultima stagione la parola rischia di ammutolire e i silenzi rischiano di paralizzare. Il calore di un semplice saluto può far fiorire l'ultimo germoglio di resilienza.*

**L'amico di lunga data, quello che nel racconto iniziale estrae e legge il libro, rappresenta tutti coloro che non sono sordi al respiro della vita anche quando è sottile sottile:** non possono scrivere un racconto diverso, ma hanno il potere di farsi compagni nella via della speranza che la storia sia senza fine, prendendosi cura delle piaghe del cammino con la crema della tenerezza.

---

<sup>5</sup> Accompagnare il lutto. Parole per i giorni del dolore. Edizioni Dehoniane Bologna, 2017.

Esposte le tre *risonanze* che ho avvertito accostando i termini *resilienza* e *fine-vita*, vado a concludere con una piccola *interpretazione*, magari da portare a casa stasera.

Riascoltiamo qualche versetto del decimo capitolo di Luca, l'evangelista medico di cui proprio oggi facciamo memoria:

**[30] Gesù riprese: "Un uomo scendeva da Gerusalemme a Gerico e incappò nei briganti che lo spogliarono, lo percossero e poi se ne andarono, lasciandolo mezzo morto.**

**[31] Per caso, un sacerdote scendeva per quella medesima strada e quando lo vide passò oltre dall'altra parte.**

**[32] Anche un levita, giunto in quel luogo, lo vide e passò oltre.**

**[33] Invece un Samaritano, che era in viaggio, passandogli accanto lo vide e n'ebbe compassione.**

**[34] Gli si fece vicino, gli fasciò le ferite, versandovi olio e vino; poi, caricatolo sopra il suo giumento, lo portò a una locanda e si prese cura di lui.**

**[35] Il giorno seguente, estrasse due denari e li diede all'albergatore, dicendo: Abbi cura di lui e ciò che spenderai in più, te lo rifonderò al mio ritorno.**

**[36] Chi di questi tre ti sembra sia stato il prossimo di colui che è incappato nei briganti?"**

**[37] Quegli rispose: "Chi ha avuto compassione di lui". Gesù gli disse: "Va' e anche tu fa' lo stesso".**

Gesù invita ad imitare il Samaritano e insieme indica se stesso come Colui che si è *fatto prossimo* per ogni ferito della Storia.

Vorrei fissare l'attenzione su quei *due denari* dati per il mantenimento dell'ammalato. Se non dovessero bastare, il Samaritano promette che tornerà per rifondere quanto speso in più.

A parte l'evidente senso di dono che pervade il racconto, è straordinario come tutto si svolga al tempo presente: *ora*, in questo momento, adesso, occorre agire subito, non rimandando, non passando oltre, anticipando pure se è necessario. Preoccupandosi di *mantenere*.

In lingua francese, me lo ha ricordato il libricino di Baudassé<sup>6</sup>, “ora, adesso, in questo momento” si dice *maintenant*. Nel termine *maintenant* si nasconde un piccolo gioco di parole: *main-tenant* (cioè *tenendo in mano, tenendo per mano*).

Se sviluppo la riflessione restando in bilico sul doppio significato di *maintenant* (*ora / tenendo per mano*) e ripasso col cuore il brano evangelico, posso affermare che **il vero Samaritano è uno che tiene per mano (*main-tenant*) facendolo con immediata efficacia (*maintenant*)**, non attardandosi in prediche o rimpianti, non correndo via o girando la testa dall'altra parte.

Un *samaritano così* è un vero *facilitatore di resilienza*.

**É un *samaritano così* colui che permette ad un'altra persona e all'intera comunità di *risalire*, di rialzarsi dopo una caduta, di riprendersi dopo uno schiacciamento, in una logica che il Vangelo conosce da sempre, perché intrinsecamente pasquale.**

---

<sup>6</sup> ibidem