

Delia Duccoli

LA MALATTIA AL LAVORO: FORMAZIONE E DEFORMAZIONE

Accogliendo i compiti che di volta in volta la vita ci riserva, mi sono trovata a leggere e a riflettere su di una frase posta all'inizio di un testo di formazione:

« Io sono colui che voglio essere »

accompagnata da una immagine: due uomini, uno con la sigla del perdente, con l'aria scontenta, scura, uno con la sigla del vincente, con l'aria contenta, radiosa a dimostrare che l'uomo ha come suo potere la possibilità di essere vincente o perdente, felice o infelice. « Avete tutte le possibilità di migliorarvi, dipende da voi, dalla fiducia nei vostri mezzi » e via via lungo le pagine di un famoso testo di una famosa società di consulenza: ¹ esercizi, test su come fissare gli obiettivi della propria esistenza, come usare il potere della mente per smettere di fumare, dimagrire, vincere lo stress, avere amici, migliorarsi, avere successo, gestire gli uomini. Le tecniche, più o meno raffinate, sono pratiche saccheggiate a piene mani dalle più svariate teorie psicologiche.

« Io sono... »: un Io che viene inflazionato, un uomo titanico che si attribuisce premi e punizioni, che ha nella sua volontà il dominio di sé e del mondo, che può aumentare la produttività sua e dei collaboratori e che delinea nell'ombra – non detto – l'uomo colpevole di non essere riuscito, di non aver vinto, di non aver successo. Il modello di esistenza è fortemente normativo, carico di dover essere, dover fare, dover avere, dover controllare, dover agire.

Mi affiora alla memoria, forse per un senso di nausea o per un'antica avversione alla coscienza soddisfatta, una vecchia lettura: « L'essere e il

nulla » di Sartre, la descrizione del cameriere in particolare:

« Ha il gesto vivace e pronunciato, un po' troppo preciso, un po' troppo rigido, viene verso gli avventori con il passo un po' troppo vivace, si china con troppa premura, la voce, gli occhi esprimono un interesse un po' troppo pieno di sollecitudine per l'ordinazione del cliente ».²

« C'è qualcosa che suona falso »,

in questa specie di rigore da automa, commenta Sartre.

È la condotta dell'uomo serio, serio, l'uomo identificato con il suo ruolo, la sua funzione, la sua azienda, che è tutt'uno con la sua maschera. Il cameriere, l'avvocato, il medico, il dirigente, le persone che si immedesimano nel proprio ruolo alla ricerca di una identità.

L'uomo serio ha questa caratteristica, che non mette mai nulla in questione: per il militare è utile l'esercito, per l'amministratore coloniale la strada, per il rivoluzionario la rivoluzione.³ È l'uomo imprigionato in ciò che è, che sfugge alle lacerazioni e alle contraddittorietà dell'esistenza, ai crampi del dubbio e delle domande su se stesso.

È un uomo anche pericoloso nel suo gioco perché rinnega la libertà e l'autenticità dell'essere a beneficio di valori che vengono affermati come assoluti ed è naturale che si faccia poi tiranno.

« C'è qualcosa che suona falso »

Lo si nota non da comportamenti eclatanti, ma da particolari, sottolineature, screzi, esagerazioni che rivelano una condotta di « malafede », quella condotta per cui il soggetto ignora ciò che gli è scomodo sapere, chiude un occhio su ciò che è doloroso vedere, sente ma non capisce, potrebbe... ma. È un'operazione di frode verso se stessi per cui si nega ciò che si è e si pretende di essere ciò che non si è. Forse c'è anche qualcosa in più del nascondimento. C'è un'automistificazione. A differenza della menzogna che è rivolta all'altro, nella malafede è a me stesso che maschero la verità ed è molto più difficile da smascherare. È quella situazione in cui so ma non so, ci si sfugge, ci si travisa, si dimentica.

Spirito di serietà e malafede costituiscono secondo i temi dell'esistenzialismo che proprio qui a Torino il prof. Michele Torre ha sviluppato e applicato alla pratica clinica,⁴ i due volti dell' « inautentico ».

Spirito di serietà e malafede sono le difese inautentiche dall'angoscia insieme con quelle forme di compensazione che possono diventare gli hobby per l'uomo la cui esistenza consiste nel seguire le vicende della propria squadra o nell'aspettare le vacanze e l'uniformità gregaria, l'appiattimento al quotidiano, all'anonimo, all'impersonale dell'uomo che fa ciò che tutti o la maggioranza fa, pensa, dice e giudica, in cui tutto è anticipato dal conformismo.

Le condotte inautentiche mascherano e nascondono, innanzitutto a se stessi, lo scacco dell'esistenza, il senso di frustrazione, l'insuccesso, l'angoscia.

Accade allora che i modelli, i sistemi che mettono al centro l'uomo, che formano l'uomo, il manager scivolino verso il formare un comportamento di fuga, di elusione di ciò che non ci appartiene e che non possiamo possedere e controllare.

Rimuovere l'esperienza dello scacco, del dolore, della morte da una parte e l'esperienza del numinoso dall'altra, ciò che da sotto, da sopra, da ogni lato afferra l'uomo e lo mette in crisi, porta in una condizione di potenza da una parte, di solitudine, sordità e malafede dall'altra, in una sorta di scissione, di frattura incolmabile.

Mi nasce un desiderio di autentico. Mi rivolgo a coloro in cui parlano le intuizioni sull'esistenza e che hanno il dono di saperle esprimere: i poeti.

« ... chiedo al muro,
in fisiche miserie io son confitto ».⁵

In un lampo eccoci spostati nella dimensione di limite, di precarietà che un sintomo qualsiasi, anche un semplice mal di denti, ci provoca. Esposti al muro.

« Le figure sofferenti » – malati, vecchi, invalidi – « hanno *un eccezionale potere di commuoverci*. Ci ridestiamo di soprassalto, angosciati, il loro ricordo ci insegue per tutto il giorno, diventiamo tesi e irascibili. Le immagini... hanno mosso l'anima in svariati modi: abbiamo paura, ci sentiamo vulnerabili e in pericolo, la nostra stessa sostanza fisica e la nostra sanità mentale sembrano minacciate, sentiamo il bisogno di impedire o di correggere ».⁶

Le immagini, se non le rimuoviamo subito, ci affliggono perché toc-

cano il nostro senso della vita e l'anima cresce per mezzo dell'afflizione.

Già sento le obiezioni: torniamo a lodare la sofferenza, « beati i sofferenti » sono frasi fatte. Lo so.

« Oggi ogni risposta al dolore è ritenuta edificante o patetica se non è pratica, se non è una risposta a come dominare il dolore ». ⁷ Correrò il rischio di essere patetica ed edificante, di ripetere frasi fatte o già sentite perché possono ricongiungerci a ciò che era prima di noi e riportarci un senso di radicamento « ... siamo piante che debbono crescere radicate nella terra se vogliono fiorire nell'etere e dare i loro frutti ». ⁸

Radicarsi nella matrice è anche ascoltare le forme che l'esperienza del dolore e della malattia hanno rivestito nella nostra civiltà.

Per i Greci dolore e vita sono inscindibili e se il dolore non può in alcun modo essere evitato, o perché inviato dagli dei o perché generato dalla necessità, deve essere affrontato con coraggio: il popolo greco che « aveva un talento così unico per il soffrire », ⁹ ha coniato l'espressione « dolore giova a saggezza » ¹⁰ che ci porta alle radici del tragico, al conflitto insanabile tra vita e morte, tra buona e cattiva sorte.

La tradizione cristiana ci insegna ad accettare il dolore. La sofferenza può essere sopportata se iscritta in una trama amorosa, in una speranza di salvezza: « il vero amore più che nell'azione si dimostra nel patire ». ¹¹ Cristo stesso è l'accettazione della sofferenza. Accettazione e pazienza diventano le capacità che la sofferenza promuove, che permettono di accedere alla grazia.

I mistici non solo sopportano, ma chiedono e amano la sofferenza come mezzo per incontrare Dio. Non so se saremo chiamati a tanto.

Ma – dice sempre il poeta – « (giunge) anche per noi l'ora che indaga ». ¹²

Può essere un fallimento, un abbandono, la morte di una persona cara, una malattia, una ingiustizia. Ciò che ci giunge, non ciò che agiamo, ma ciò che subiamo, patiamo.

Chi ha difficoltà a patire un rimprovero, un sacrificio, un limite, un no come accade ad esempio ai giovani educati alla cultura dell'agire e dell'avere, si trova impreparato, bloccato, incapace di muoversi nei turbamenti. E la paura di soffrire, di essere ferito o sconfitto si pone come il primo ostacolo sulla via della conoscenza, che è una via fatta di cadute,

di regressioni, di errori, di prove.

Ci sono soglie del comprendere che sono precluse all'uomo titano, tutto d'un pezzo, onnipotente, chiuso nel proprio io, soglie che solo un'esperienza di ferita può dischiudere, le soglie che ci fanno passare dall'inautentico, dall'uniformità gregaria all'individuazione.

Ma questo si scontra, cozza proprio con il luogo comune, la mentalità corrente che avere difficoltà, cedere, cadere ammalati sia una colpa o un male da rimuovere, da nascondere.

Ho letto recentemente un articolo che commentava la vita di Marisa Bellisario, dirigente dell'Italtel, morta recentemente di cancro. « È morta perché il suo corpo si è ribellato, perché non ha dato ascolto alla sua femminilità ». Giudizio: colpevole. Così semplice, così crudele. Malato uguale colpevole.

Ci dimentichiamo che il senso della vita dipende spesso dal prezzo che siamo disposti a pagare, in termini di rischio, di maggiori pericoli, di malattie, di fallimenti, di dolore. La morte prematura del genio è un possibile archetipo che dice: si paga per la propria missione. Alchimisti, seguaci dello yoga, mistici e sciamani sono al corrente dei rischi mortali cui vanno incontro. Gli esploratori e i pionieri sono più esposti ai pericoli. Molti artisti pagano la loro creatività con la malattia fisica o psichica.

Allora cosa conosciamo del travaglio di Marisa Bellisario, del suo intimo patire, del conflitto e della tragedia della sua vita?

« Conoscerti? Mi domando se ti conosco. Prima di dirtelo vorrei vedere la tua anima »,¹³ dice Basil, l'amico pittore a Dorian. Dorian Gray ha dato l'anima in cambio della giovinezza e della bellezza, ha dato l'anima per non invecchiare, come Faust vendette l'anima al diavolo per avere la conoscenza. E quando Dorian, bellissimo e giovane nel corpo, toglie il velo al ritratto della sua anima compare qualcosa di orrendo e disgustoso. Aveva salvato il corpo e putrefatto l'anima.

« L'anima e il corpo possono presentare delle richieste che sono tra loro in conflitto »,¹⁴ conflitto che sperimentiamo anche quotidianamente nella tensione continua tra il desiderio di creare e la stanchezza, tra il desiderio di quiete e la tensione che ci incalza, tra le leggi dell'autoconservazione dell'organismo di cui parlava Federspil stamattina e ad esempio l'amore per la propria missione e i propri ideali che sfida la morte. Il

vecchio adagio « Mens sana in corpore sano » non ci soccorre più. Possiamo anche dire che la malattia ha origine nella psiche, nell'anima, ma l'anima l'uomo non può farla, è l'elemento a priori dei suoi umori, delle sue reazioni e impulsi, di tutto ciò che vi è di spontaneo nella vita psichica. È qualcosa che ha una vita propria e ci fa vivere.¹⁵ L'anima sono i nostri complessi, i pianeti del nostro inconscio, i nostri archetipi, la nostra emotività. Come dice Eraclito:

« Per quanto tu possa camminare, e neppure percorrendo intera la via, tu potresti mai trovare i confini dell'anima: così profondo è il suo logos ».¹⁶

Possiamo solo tentare di conoscerla la nostra anima, la nostra psiche, conviverci discendendo al fondo, a ciò che sta sotto la nostra coscienza.

« Una e la stessa è la via all'in su e la via all'in giù »,¹⁷ ricorda ancora Eraclito.

L'esperienza della discesa, del rapimento di Persefone è anche accettare di invecchiare, di sfiorire, di dipendere, di morire. « Perché ciò che accade nell'ora segreta del mezzogiorno della vita » – e non sappiamo quand'è il nostro mezzogiorno – « è l'inversione della parabola, è *la nascita della morte*. La vita dopo quell'ora non significa più ascesa, sviluppo, aumento, esaltazione vitale, ma morte, dato che il suo scopo è la fine ».¹⁸

Tutto questo lo sappiamo e non lo sappiamo. Ripetiamo a noi stessi e agli altri massime e consolazioni: « Tutti dobbiamo morire, la vita non può essere eterna », ma poi stacciamo il pensiero dal sentire che lo accompagna.

« Ma quando si è soli, di notte, e non si vede altro nel silenzio e nell'oscurità che i pensieri che addizionano e sottraggono anni di vita e la lunga serie di fatti ingrati che ci provano senza misericordia quanto ormai abbia camminato l'indice dell'orologio – lento e fatale approssimarsi di quel buio fondo in cui verrà inghiottito alla fine tutto ciò che amiamo, desideriamo, possediamo e speriamo e per cui ci affanniamo – allora scompaiono le sagge massime e l'angoscia ci coglie nell'insonnia, mozzandoci il respiro ».¹⁹

È questa angoscia che sentiamo quando entriamo in relazione, quando parliamo e ascoltiamo un malato, un depresso, chi soffre, chi è stato abbandonato. E possiamo accoglierla se abbiamo fatto risuonare dentro di noi

queste note, se abbiamo riconosciuto dentro di noi l'infermità, l'abbandono, la debolezza, l'angoscia.

Tutti coloro che credono di nutrire il desiderio di aiutare l'umanità devono anche rendersi conto che preoccuparsi per le disgrazie, il disadattamento sociale, la malattia costellano in noi stessi problemi psicologici molto gravi.²⁰ Curando, assistendo, aiutando, insegnando ci sforziamo di fronteggiare le nostre ferite, le nostre ansie, le nostre paure.

Le professioni di aiuto agli altri, del medico, del terapeuta così come dell'assistente sociale, del formatore, dell'insegnante costellano per il gioco degli opposti l'ombra del potere e del dominio. Proiettare sugli altri le debolezze, le mancanze, le infermità, il bisogno permette di identificarsi con la salute, il potere, la forza, il sapere. Una relazione rigida, simmetrica che costringe, che forza all'agire. Ma non possiamo guarire nessuno, neanche noi stessi, dallo scacco dell'esistenza, né eliminare il male, il negativo, l'ingiustizia, la tribolazione, la precarietà, la frantumazione, la miseria: i figli della notte, come li chiamerebbe Esiodo.

« L'unica salvezza per colui che soffre a causa dell'esistenza è quella di non soffrire più per la propria esistenza. Come potrà ottenerla? *Con la rapida morte o con un lungo amore* », scrive Nietzsche che di dolore se ne intende.²¹ Un lungo amore suggerisce l'incontro con tutte le forze dell' "eros": amicizia, innamoramento, devozione, passione, con tutte le figure soccorrevoli e amorevoli, amor passione e amor cortese. "Eros" è coinvolgimento, relazione, presa di contatto con le parti che ci sono estranee, l'esser trascinati, l'esperienza del numinoso.

A Jung era stato fatto rilevare che l'interesse della sua opera riguardava non tanto la cura delle nevrosi, quanto il tentativo di avvicinarsi al numinoso. Jung risponde in « Esperienza e mistero »:

« Di fatto l'accesso al numinoso costituisce la vera terapia e ci si può liberare dalla maledizione della malattia solo in quanto si attinge alle esperienze numinose. La malattia stessa assume un carattere numinoso ».²²

Il numinoso non può essere conquistato, né insegnato: ci si può solo aprire ad esso.

Può apparire sotto forma di amore, di sublime, di ineffabile, di terribile, di brivido, di timore.. è l'energia del "mysterium tremendum" che mette in azione il sentire dell'uomo al di là del comprensibile, dell'ordinario.

Lo proviamo ogni volta che un'emozione, un incontro, un evento ci porta al di là di noi stessi, verso altre mete, risveglia le nostre risorse interiori.

Il lavoro della malattia, il numinoso della malattia sta in questo: nell'averci preso, nell'averla avuta, nell'esserci fatti prendere, nell'averci portato all'annichilimento, all'impotenza dell'io e quindi alla sua relativizzazione, nell'averci deformato, portato in altro luogo, nell'averci aperto all'esperienza del "numen".

È il senso della frase che abbiamo messo sul frontespizio dell'invito a questo convegno:

« Fu solo dopo la malattia che capii quanto sia importante dir di sì al proprio destino. In tal modo forgiamo un io che non si spezza quando accadono cose incomprensibili; un io che regge, che sopporta la verità, che è capace di far fronte al mondo e al destino » e continua « Allora fare esperienza della disfatta è anche fare esperienza della vittoria. Ma ciò – aggiunge ancora Jung – può avvenire solo quando si rinuncia ad intrammettersi con aria inquisitoria nell'opera del destino ». ²³

Un libro di sereno umorismo sul monaco Tofu Roshi ²⁴ ha in appendice un capitolo « come smettere di migliorarsi » per apprendere l'arte di percorrere una strada che non va da nessuna parte. Propone due settimane in cui sospendere qualsiasi tipo di corso di yoga, lezione di clavicembalo, esercitazioni di sopravvivenza e altri programmi formativi. L'indicazione è non di ottenere un buon risultato, ma di diminuire l'attaccamento a tutto ciò che ci sembra così importante: avere buone relazioni, buona salute, produttività lavorativa, illuminazione spirituale.

È l'atteggiamento del lasciare accadere, molto difficile da comprendere per chi è sempre occupato a volere, ad agire.

« Quanto vi è di prezioso nella vita ci viene dal caso e il meglio ci è concesso senza nostro merito » ci dice il saggio delle « Scogliere di marmo ». ²⁵

Ma raramente il prezioso, il nuovo inviatoci dal destino corrisponde alle nostre aspettative: lasciar accadere, non forzare, accettare l'incomprensibile, accedere a quell'atteggiamento descritto così bene nei libri orientali, « se arando non si pensa al raccolto e sterpando non all'uso del campo, allora è propizio intraprendere qualche cosa », richiede un lungo lavoro

di accettazione di sé, di ricordo di sé, di sospensione del giudizio, di abbandono,²⁶ *un lungo amore* come diceva Nietzsche.

Questo è il lavoro, il vero lavoro, per il resto, come dice il Maestro Lao Tzu: « Se ci capitano affari dobbiamo accettarli, se ci capitano cose dobbiamo conoscerle a fondo ».²⁷

Bibliografia

- 1 C. Meller, P. Hegedahl, « Il fattore umano », tr. it., TMI, 1986.
- 2 J.P. Sartre (1943), « L'Essere e il Nulla », tr. it., Milano, Il Saggiatore, 1988, p. 100.
- 3 Cfr. J.P. Sartre, op. cit.
- 4 M. Torre, « Esistenza e progetto », Torino, Ed. Medico Scientifiche, 1982.
- 5 C. Rebora (1955), « Notturmo » in « Le Poesie », Milano, Garzanti, 1988, p. 273.
- 6 J. Hillman (1975), « Re-visione della psicologia », tr. it., Milano, Adelphi, 1983, pp. 154-155.
- 7 S. Natoli, « L'esperienza del dolore », Milano, Feltrinelli, 1986, p. 269.
- 8 J.P. Hebel citato in M. Heidegger (1959), « L'Abbandono », tr. it., Genova, Il Melangolo, 1983, p. 32.
- 9 F. Nietzsche (1876), « La nascita della tragedia », tr. it., Milano, Adelphi, 1986, p. 32.
- 10 Eschilo, « Agamennone », tr. it. di M. Valgimigli, Milano, 1984, vv. 555-56.
- 11 Francesco di Sales (1616), « Il Teotimo », Roma, ed. Paoline, 1949, p. 128.
- 12 E. Montale (1925), « Fine dell'infanzia » in « Ossi di seppia », Milano, Mondadori, 1984, p. 70.
- 13 O. Wilde (1908), « Il ritratto di Dorian Gray », tr. it., Milano, Garzanti, 1981, p. 207.
- 14 J. Hillman (1964), « Il suicidio e l'anima », tr. it., Roma, Astrolabio, 1972, p. 17.
- 15 Cfr. C.G. Jung (1936/1954), « Sull'archetipo, con particolare riguardo al concetto di Anima », in « Opere », tr. it., Torino, Boringhieri, 1980, vol. IX, tomo 1°, pag.
- 16 H. Diels, W. Kranz, « I Presocratici. Testimonianze e frammenti », Bari, Laterza, 1981, p. 206.
- 17 Ibidem, p. 210.
- 18 C.G. Jung (1934), « Anima e morte », in « La realtà dell'anima », tr. it., Torino, Boringhieri, 1983, p. 155.
- 19 C.G. Jung, « Anima e morte », op. cit., p. 153.
- 20 Cfr. A. Guggenbühl - Craig (1983) « Al di sopra del malato e della malattia », tr. it., Milano, Cortina, 1987.
- 21 F. Nietzsche, « Frammenti postumi 1882-1884 », tr. it., Milano, Adelphi, 1982, vol. VII, tomo 1°, p. 195.
- 22 C.G. Jung, « Esperienza e mistero: 100 lettere », tr. it., Torino, Boringhieri, 1982, p. 63.
- 23 C.G. Jung (1961), « Ricordi, sogni, riflessioni », tr. it., Milano, Rizzoli, 1978, p. 353.
- 24 S. Ichi Su Moon (1988), « La vita e le lettere di Tofu Roshi », tr. it., Roma, Astrolabio, 1989, pp. 115-119.
- 25 E. Junger (1960), « Sulla scogliera di marmo », tr. it. Guanda, Parma, 1988, p. 17.
- 26 Cfr. C.G. Jung (1929/1957), « Commento al Segreto del Fiore d'oro », in « Opere », tr. it., Torino, Boringhieri, vol. XIII, 1988, p. 28.
- 27 Citato in C.G. Jung, « Commento al Segreto del Fiore d'oro », op. cit.