

Il lutto infinito del male oscuro

Il filo rosso della sedia a rotelle

Camminando per le vie della città, magari in modo distratto e frettoloso, può accadere di incrociare con lo sguardo qualcuno che è costretto a vivere in una sedia a rotelle. Il nostro animo si vela subito di tristezza e non manchiamo a volte di identificarci con quella vita "spezzata", con quella esistenza "a metà", a cui è negata per sempre l'autonomia nello spazio, la libertà del movimento. C'è un sottile filo rosso che collega l'uomo sulla carrozzina con l'uomo travolto dal "male oscuro" della depressione. L'uno e l'altro, anche se in maniera diversa, non possono "muoversi", sono impediti nell'azione, risultano "bloccati". Ma se il blocco del primo riguarda essenzialmente il movimento fisico, il blocco del secondo investe il movimento dell'intenzionalità, della motivazione, della proiezione nel tempo, dell'apertura emotiva verso ciò che lo circonda. Nonostante il suo aspetto esteriore, molto spesso del tutto "normale", il depresso vive una esistenza interiormente "immobile". Mentre l'uomo sulla sedia a rotelle non è sorretto dall'energia fisica dei suoi muscoli, il depresso non è sostenuto da quell'energia speciale che è l'energia psichica, la quale proviene solo dagli interessi vivi, dalle emozioni profonde, dalle intenzioni nitide, dalle motivazioni coinvolgenti e radicali. La sua è un'esistenza senza colori accesi, senza profumi intensi, senza suoni ammalianti, senza curiosità intriganti. Vive in un grigiore che sa di vuoto, di assenza e, a volte,

anche di morte.

È un grigiore che risulta tanto più insopportabile quanto meno è "compreso" dagli altri. Da quegli altri che molto spesso, sottovalutando la portata e il significato della depressione, si sottraggono all'ascolto, rifiutano la condivisione, negano l'esperienza semplice, ma efficace e preziosa, della "compagnia". L'idea di togliersi la vita, allora, si profila non di rado come l'unica via d'uscita dall'isolamento, dall'immobilità di un'esistenza che non riesce ad "agirsi", ad esprimersi compiutamente.

Classificazione generica

Dire come e perché nasca il "male oscuro" non è certo impresa facile; forse è proprio a motivo di ciò che viene chiamato in questo modo inquietante. Si sa di certo che esso è al secondo posto, dopo i disturbi cardiovascolari, fra le malattie più diffuse e ricorrenti nel mondo occidentale. Altra cosa certa sembra essere il fatto che alla sua origine ci sia spesso un fattore predisponente di natura organica, che da solo però non è sufficiente a rendere depressa una persona.

Nell'insorgere della sofferenza depressiva, infatti, pare rivestita una importanza non secondaria la componente ambientale. Un contesto relazionale, che delegittima gli interessi personali o le motivazioni soggettive di un bambino, che lo coarta e lo nega nell'espressione della sua specifica identità individuale, costituisce di certo un ambiente in grado di alimentare i fattori predisponenti

La depressione, senza compagnia e affettività, riduce l'uomo orfano di sé



foto di Pierluigi Gentilini

della depressione o di generarla anche a prescindere da essi. Esistono in verità molti tipi di depressione e i sintomi depressivi sono presenti in molti quadri psicopatologici fra loro diversi. Pur se in modo arbitrario, ma per semplificare al massimo, potremmo distinguere tre tipi di depressione. Una forma è quella a forte componente organica e trova il suo elemento scatenante in un ambiente con gravi carenze relazionali. Un'altra è quella che potremmo definire "reattiva" e costituisce il modo in cui un soggetto reagisce ad un evento per lui traumatico, fallimentare o, comunque, indesiderato. C'è, infine, una depressione più a carattere "esistenziale", che compare quando non riusciamo ad elaborare in modo adeguato la "separazione" da una fase della nostra vita, da una persona particolarmente significativa, da un progetto importante.

A questo proposito, il distacco a volte più difficile da superare è quello che riguarda l'immagine di noi stessi, ciò che avremmo voluto essere e che non siamo riusciti a incarnare. Non a caso l'esperienza depressiva emerge in concomitanza con quei passaggi nodali del ciclo vitale, nei quali siamo chiamati a confrontarci non solo con gli esiti della nostra storia personale, ma anche con le ferite che essa ha prodotto e con i limiti che la hanno caratterizzata.

Ritrovare le coordinate relazionali

Queste varie forme di depressione sembrano, tuttavia, avere tra loro una costante, un elemento che le accomuna, una sorte di denominato-

re comune: "il lutto". Al di là delle diverse componenti, endogena o esogena, organica o reattiva, le molteplici depressioni sono tra loro accomunate dal fatto che ciascuna assomiglia sempre ad un "lutto" in piena regola.

Come in ogni lutto che si rispetti, anche nella depressione c'è un morto da piangere e da seppellire: la non-vita del paziente, l'insieme di tutto ciò che egli poteva essere e non è stato. Il depresso può vincere il suo male oscuro se riesce a "seppellire", dopo averlo piantato sino in fondo, un passato fatto di identità negata e di emozioni coartate; se riesce a dire addio per sempre, dopo aver legittimato tutta la sua rabbia e tutto il suo risentimento, all'affetto non ricevuto e al sostegno mancato; se riesce a "voltare pagina", dopo avere perdonato e dopo essersi perdonato.

Ma in questi tempi, fatti di relazioni "liquide" e di comunità "frammentate", di fuga dai sentimenti e di paura dell'altro, elaborare lutti così complessi, come quelli sottesi alla depressione, è diventato sempre più

difficile, se non impossibile. È forse per questo che, in barba alla farmacologia più avanzata, il "male oscuro" rischia di trasformarsi in una epidemia dilagante e incontenibile. Esso, infatti, esprime il disagio di una umanità alle prese con ferite antiche, ma ormai priva di quel potente farmaco che è la condivisione e l'intimità affettiva, la "compagnia" dell'altro. La depressione, come fenomeno di massa del mondo occidentale, è da leggere con ogni probabilità come il grido sofferto di un uomo che non si rassegna a rimanere "orfano" dell'altro, a subire modelli culturali ed economici che umani non sono. Il "male oscuro" può forse disvelare il suo significato più autentico e profondo, se sapremo riportarlo all'interno delle coordinate relazionali del nostro vivere, dove potrà apparirci finalmente meno misterioso ed inquietante. ■