

# *L'invisibile,* CHE NON CEDE ALL'AMORE

**Mantenere, nella malattia, il proprio ruolo e far emergere il bello del nostro essere**

**di Donatella Galeotti**

medico al Centro residenziale di cure palliative - hospice dell'Azienda USL di Imola presso l'ospedale di Castel San Pietro Terme



## Come un'opera d'arte

Quando ho cominciato a scrivere questa breve riflessione, ho cercato di creare in me un piccolo spazio di silenzio e di dare voce alle tante pazienti amiche che ho incontrato nel mio cammino. Ho ricordato le nostre conversazioni, nei pomeriggi tranquilli e silenziosi in cui la frenesia del fare si placava per lasciare spazio all'ascolto e alla presenza. E i volti, i sorrisi, i frammenti di sapienza e le mille espressioni di dolore, di nostalgia per la vita passata, di paura, di angoscia e di invincibile speranza.

Ho pensato al bisogno di raccontarsi, alla voglia di tener viva la propria dignità e la propria femminilità nonostante l'avanzare inesorabile del tempo e della malattia, alla fatica di mostrarsi nella propria intimità ferita e alla tentazione di nascondersi agli sguardi, alla gioia per un complimento e alla gratitudine per una cura del corpo offerta con rispetto e senza fretta, fino all'ultimo giorno.

Nel nostro tempo il corpo delle donne è ostentato e impoverito, talvolta aggredito nella ricerca di una perfezione estetica asservita alla moda del momento, anche a danno della salute. Eppure tutti siamo consapevoli che ciò che rende attraente una persona, ciò che ci porta verso di lei, non è solo l'aspetto ma è quella sottile alchimia che rende ogni essere umano unico e speciale. Come un'opera d'arte l'uomo riflette la ricchezza e la complessità del Creatore: i valori del mondo interiore riempiono l'involucro esteriore e danno una bellezza che resta oltre i segni del tempo e del dolore.

Il corpo comunica l'affettività in modo spontaneo e sincero. Un sorriso, una stretta di mano, un abbraccio, una carezza, la semplice vicinanza, i mille gesti di cura che quotidianamente

offriamo agli altri: quanti modi conosciamo per esprimerci, per dare voce ai nostri sentimenti in modo immediato!

### **Guardati con amore**

Nella vita di coppia il dono reciproco è l'espressione intensa e profonda di un amore che accoglie l'altro nella sua totalità. Essere attraenti per la persona amata non è futile vanità: è un bisogno profondo che ci accompagna per tutta la vita e arricchisce il dono dell'amore nel suo aspetto ludico e gioioso.

Ad uno sguardo superficiale il nostro tempo sembra celebrare l'individualismo e l'autonomia: in realtà ciascuno di noi sa bene che la pretesa di bastare a se stessi è un'illusione e che una vita solida e serena ha bisogno di relazioni significative. Noi conosciamo l'amore perché qualcuno ci ama e ci insegna ad amare e ci riconosciamo e riconosciamo il nostro valore nello sguardo dell'altro.

Il bisogno di essere accettati, desiderati e amati ci accompagna per tutta la vita e cresce nel tempo della sofferenza, quando ci sentiamo più fragili e insicuri, e devastati dalla paura dell'abbandono. Diventa allora importante, per conservare la gioia e la voglia di vivere, sentirsi ancora ammirati e guardati con amore.

In un tempo non lontano la donna era il centro della vita familiare, soprattutto nella vecchiaia, e quando il suo corpo non era più in grado di lavorare, il suo modo di fare le cose restava ben vivo come modello di riferimento. Oggi siamo profondamente condizionati dal mito della bellezza e dell'efficienza ed è difficile accettare il cambiamento esteriore e la perdita delle proprie capacità e autonomie, anche quando i segni del tempo sono dovuti ad un processo naturale.



Ancor più faticoso è il cammino se il corpo si ammala e viene trasformato dalla malattia, soprattutto quando si rendono necessari trattamenti che colpiscono la donna nel cuore della sua femminilità. Una mastectomia ha un impatto psicologico fortissimo, perché riguarda un organo che esprime simbolicamente la femminilità e la maternità. Le terapie ormonali e gli interventi sull'apparato riproduttivo possono determinare sterilità o menopausa precoce, e sofferenza per la perdita della capacità di generare la vita o per la paura di invecchiare.

Questi enormi cambiamenti impongono alla donna un percorso doloroso e faticoso di adattamento, impossibile da affrontare nella solitudine. Si deve confrontare con la rabbia, con la paura del futuro, con il senso di colpa per la sofferenza dei propri cari, con la ricerca

infruttuosa e frustrante di responsabilità e giustificazioni. E con una nuova immagine di sé, che può portare insicurezza e fragilità nella vita affettiva.

Ha bisogno di essere ascoltata, anche nelle sue paure più intime. Deve imparare a conoscere il suo corpo nuovo, con le sue piccole o grandi ferite, visibili e invisibili, conservando la voglia di piacere, di donarsi con gioia e di sentire ancora nell'uomo che ama l'ammirazione, quello sguardo che sa cogliere ciò che la rende unica e speciale.

### **Per contemplare lo splendore dell'anima**

Anche in un rapporto di amore profondo il cammino non è semplice. La malattia colpisce la famiglia, in ciascuno provoca rabbia, paura, incertezza e a ciascuno chiede di adattarsi e di cambiare per cercare nuovi equilibri. La mutata realtà genera nuove dinamiche nella comunicazione: a volte chi è malato vive una sorta di regressione infantile, alimentata dalla paura ma anche da atteggiamenti di protezione e di sostituzione che i familiari assumono per affetto ma che finiscono per creare una sensazione di esclusione e di inutilità e non favoriscono il mantenimento dell'autonomia.

Sentirsi utili e importanti e non perdere il proprio ruolo familiare è fondamentale per poter vivere in modo meno doloroso la realtà di un corpo meno efficiente. E trovare nello sguardo delle persone amate la sicurezza di essere ancora belle e piacevoli aiuta ad accettare la nuova immagine di sé.

A volte il corpo malato è un corpo che soffre: ogni movimento fa crescere il dolore, un abbraccio, una carezza, perfino la vicinanza può essere fastidiosa. Allora curare efficacemente la sofferenza fisica significa anche restituire la possibilità di godere dei gesti dell'amore. E quando il corpo malato è colpito in modo devastante, così da rendere quasi irriconoscibile la persona, più grande diventa il bisogno di essere accolti e accettati. Allora la vicinanza fisica e i gesti d'affetto sono un segno concreto di accoglienza e testimoniano che il valore di una persona resta integro e prezioso in ogni momento.

Nella fragilità della vecchiaia e della malattia, quando la forza, la salute e l'autonomia cedono il passo alla debolezza, alla sofferenza, al decadimento e alla dipendenza dagli altri, emerge agli occhi di chi guarda con amore lo splendore dell'anima, quell'essenziale che, come diceva il piccolo principe, è invisibile agli occhi.