Introduzione

La domanda

> – Un'enciclopedia dei limiti?
> – Sì… il titolo per esteso sarebbe Enciclopedia dei limiti riscontrabili in natura con un supplemento dedicato ai limiti delle facoltà umane. […]
> La natura ha una sua perfezione sorprendente e questo è il risultato di una somma di limiti. La natura è perfetta perché non è infinita. Se uno capisce i limiti, capisce come funziona il meccanismo. Tutto sta nel capire i limiti[1].

Nelle parole dell'eccentrico prof. Bartleboom, curioso personaggio creato dalla vivace penna di Alessandro Baricco, è racchiusa in qualche modo la sfida del presente lavoro: «tutto sta nel capire i limiti». Suona come una provocazione promettente, poiché invita a una ricerca che conduce «a un grande segreto» da cui dipende il tutto.

Non vi entriamo, però, con la pretesa ingenua di costruire una riflessione teorica su un tema delicato come il limite e la sofferenza, né una razionalizzazione di esso – o, peggio, una spiritualizzazione – che si illuda di ridurre il tutto a sistema. Piuttosto, come il curioso professore del romanzo che raccoglie una enciclopedia dei limiti, scegliamo un approccio che ci metta in ascolto delle esperienze umane, una sorta di fenomenologia, da cui evidenziare coordinate essenziali o semplici punti di riferimento di cui ciascuno, poi, si possa liberamente (e responsabilmente) servire per tracciare il pro-

[1] A. Baricco, *Oceano mare*, Rizzoli, Milano 1993, p. 34.

prio percorso[2]. Per questo affronteremo tre luoghi significativi in cui si fa esperienza del limite: la sofferenza, la malattia e la morte.

Tra le tante, ci spingono nella ricerca almeno quattro ragioni.

Anzitutto, la consapevolezza che nell'esperienza del limite si svela (o, paradossalmente, si cela) il significato del tutto: «La natura è perfetta perché non è infinita. Se uno capisce i limiti, capisce come funziona il meccanismo». In altri termini, si tratta di occasioni che costringono ad affrontare le domande radicali, da quella su di sé: «Chi sono io? Che ci sto a fare a questo mondo?»; a quelle sul senso della vita: «Perché siamo qui? Da dove veniamo, dove stiamo andando? Che senso ha tutto ciò che viviamo? O, più radicalmente: "Ha" senso? Ne vale la pena?»; fino all'interrogativo religioso che mette in questione Dio stesso: «Ma Dio c'è? E, se c'è, dov'è? Perché pare non fare nulla? Oppure lui stesso fa e vuole questo male?».

Di fronte a queste esperienze non si possono evitare gli interrogativi autentici della vita; non si tratta di dubbi di fede, ma delle questioni radicali che toccano le fondamenta dell'esistenza. Per questo, le situazioni di sofferenza possono condurre a un avvicinamento a Dio, agli altri o ai valori della vita, ma possono generare la reazione opposta, provocando la perdita delle sicurezze precedentemente guadagnate[3].

Ecco la portata della sfida.

Tale ricerca, però, non è affidata al caso, né si apre sull'abisso. Essa è sostenuta dalla speranza di una risposta, dalla consapevolezza di una Buona Notizia ricevuta e da condividere. Ecco la seconda

[2] Per approfondire tale approccio, cf F. Scanziani, *Così è la vita. Il senso del limite, della perdita, della morte*, San Paolo, Cinisello Balsamo (MI) 2007, pp. 5-6.

[3] Cf C. Pirrone - F. Scanziani, *I figli ci parlano di Dio. Un prete e una psicologa in dialogo con la famiglia*, Àncora, Milano 2014[2], pp. 150-186; A. Grün - J-U. Rogge, *Le domande dei bambini su Dio. Come l'educazione spirituale rafforza la famiglia*, Lindau, Torino 2012; M. Zattoni - G. Gillini, *Parlare di Dio ai bambini. Ovvero educazione religiosa dei genitori e degli educatori*, Queriniana, Brescia 2004; Id., *Dio fa bene ai bambini. La trasmissione della fede alle nuove generazioni*, Queriniana, Brescia 2008.

ragione che guida la presente proposta. Per questo abbiamo aperto non con un nugolo di domande, ma con lo sguardo positivo e critico del professore di Baricco, che indica con passione il gusto della sua ricerca:

> Sono studi faticosi, e anche difficili. Non si può negarlo, ma è importante capire. Descrivere. L'ultima voce che ho scritto è stata *Tramonti*. Sapete, è geniale questa cosa che i giorni finiscono. È un sistema geniale. I giorni e poi le notti. E di nuovo i giorni. Sembra scontato ma c'è del genio. E là dove la natura decide di collocare i propri limiti, esplode lo spettacolo[4].

Il desiderio di capire, lo sforzo dell'indagine non nasce solo da curiosità, ma dall'urgenza della vita che impone, prima o poi, con drammaticità o meno, certe riflessioni. Il professore Bartleboom ne insinua, però, un esito positivo. Ciò rende ancor più accattivante il percorso, perché carico di una promessa o almeno di una speranza: che la ricerca sul limite non abbia solo i toni cupi e dolenti, ma possa essere un'avventura intensa, anche drammatica probabilmente, eppure che può condurre tutti coloro che intendono guardare in faccia seriamente la vita lì dove «esplode lo spettacolo».

La cultura contemporanea tende a rimuovere la questione, facendola apparire un tema fuori moda. «Per essere al passo con i tempi, dovremmo annientare ogni dispiacere, dovremmo bandire la paura, dovremmo spendere tutte le nostre forze per sottrarci all'idea che la sofferenza faccia parte della vita stessa»[5]. All'opposto, ci guida la convinzione che l'esperienza del limite, nelle sue varie forme, faccia semplicemente parte della vita e ne rivela qualcosa. Anzi, può essere considerata la prova del nove della sua interpretazione. È possibile affrontare questa ricerca con uno sguardo positivo, carico di fiducia nel senso dell'esistenza, nel valore di

[4] A. Baricco, *Oceano mare*, cit., p. 35.
[5] C. Pirrone - F. Scanziani, *I figli ci parlano di Dio*, cit., p. 150.

ogni persona, nella presenza di Dio, il Dio di Gesù Cristo. Dentro questa esperienza non c'è anzitutto un dolore da sconfiggere, ma un percorso dentro cui ritrovare sé stessi e il senso di tutto.

C'è un'ulteriore motivazione che rende particolarmente urgente e attuale parlarne. La cultura contemporanea, che si vanta di aver superato tabù ancestrali, ne ha creato uno insuperabile: la paura della morte, in tutte le sue anticipazioni (dolore, malattia, limite). Efficacemente lo stigmatizza Campanini:

> Nel XX secolo la morte ha rimpiazzato il sesso come principale interdizione. Una volta si diceva ai bambini che erano nati sotto un cavolo, ma essi assistevano alla grande scena degli addii nella camera e al capezzale del morente. Oggi i bambini sono iniziati, fin dalla più tenera età, alla fisiologia dell'amore e della nascita, ma quando non vedono più il nonno e domandano perché si risponde loro, in Francia, che è partito per un grande viaggio molto lontano e, in Inghilterra, che riposa in un bel giardino in cui spunta il caprifoglio. Non sono più i bambini che nascono sotto i cavoli ma sono i morti che scompaiono tra i fiori[6].

L'illusorio tentativo di rimozione della morte ne ha fatto il moderno tabù. A maggior ragione si cerca di zittirla, ci si affanna a negarla o a superarla inseguendo il miraggio di una società «post-mortale», se non «a-mortale»[7]. Come se fosse possibile. Anche nel caso in cui un genitore nel sincero desiderio di proteggere i figli, per un eccesso di tutela, cercasse di non farli misurare con questo dramma, rischierebbe semplicemente di far sì che si troveranno soli e impreparati, quando sofferenza e morte busseranno, inevitabilmente, alla loro porta. Allora, il bambino – anche quello

[6] Cf G. Campanini, «Eutanasia e società», in *Morire sì, ma quando?,* Paoline, Roma 1977, p. 62, citato in A. Fumagalli (a cura di), *Il cristiano nel mondo. Introduzione alla teologia morale*, Àncora, Milano 2020, p. 130.

[7] Cf C. Lafontaine, *La société postmortelle*, Seuil, Paris 2008; *La morte oggi, testi di Michel Vovelle* … (et alii), a cura di M. Spinella - G. Cassanmagnago - M. Cecconi, Feltrinelli, Milano 1985; L. Manicardi, *Memoria del limite. La condizione umana nella società postmortale*, Vita&Pensiero, Milano 2011.

anagraficamente divenuto adulto – potrebbe ritrovarsi senza una grammatica per affrontare il buio che gli sta di fronte.

Ecco perché è urgente e necessaria una parola, perché solo chi ha appreso il senso della morte ha imparato a vivere. Come evidenzia Romano Guardini:

> la fine agisce su tutto lo svolgimento della vita […] così il senso che diamo alla morte dice il senso che diamo alla vita[8].

Paradossalmente, si può pensare che l'uomo moderno «sfugge il pensiero della morte perché gli sfugge il senso ultimo della vita»[9]. Questo momento inalienabile dell'esistenza costituisce uno snodo decisivo dell'autocomprensione dell'uomo:

> perché la vita ha il senso che noi diamo alla morte. Se la morte è per la vita allora possiamo sperare. Ma se la vita deve finire con un naufragio totale, persone e cose, allora la vita stessa non ha senso poiché non ha sbocchi![10].

In un simile contesto, osare una parola su questa dimensione della vita diventa ancora più urgente per il cristiano, poiché non solo è in questione il volto di Dio – c'entra o no con questi mali della vita? –, ma ancor più per il fatto che, in Gesù Cristo, Dio è entrato nella finitudine dell'uomo, ha sperimentato la sofferenza, ha attraversato la morte. Anzi, proprio lì si è rivelato pienamente e definitivamente. La Pasqua di Gesù ha la pretesa di essere non la «fine di Dio», ma la sua rivelazione escatologica. Per il cristiano, dunque, non si tratta solo di una domanda antropologica, ma è prima di tutto una questione teologica. Dalla risposta che si dà a tali istanze dipende non solo chi siamo, ma anche il volto di Dio in cui crediamo (o meno).

[8] R. Guardini, *Le età della vita*, Vita e Pensiero, Milano 2011, p. 58.

[9] A. Bonora, «Morte», in *Nuovo Dizionario di Teologia Biblica*, San Paolo, Cinisello Balsamo (MI) 2005, pp. 1012-1025.

[10] R. Latourelle, «Morte», in *Dizionario di Teologia Fondamentale*, Cittadella, Assisi 1990, p. 817.

Una mappa per orientarsi nel testo

Il desiderio è di introdurci all'argomento con gradualità e delicatezza. Sappiamo infatti che per chi legge le risonanze possono essere intense e profonde.

Nel primo capitolo tratteremo il tema della sofferenza e delle emozioni che essa genera in un bambino, in un adolescente o in un adulto che sta accanto a loro; nel secondo capitolo ci soffermeremo sulla malattia ed infine affronteremo la morte quale ultimo, estremo segno del limite umano. Come già i lettori avranno intuito non vogliamo offrire discorsi pessimisti e nemmeno occuparci di massimi sistemi. Al contrario, si vuole accompagnare per mano chi legge con l'obiettivo di aprire sempre alla Speranza e alla Buona Notizia del Vangelo.

Nemmeno a Dio piacciono la sofferenza, la malattia o la morte; ha mandato infatti suo Figlio, Gesù, che sapeva piangere e arrabbiarsi, guariva i malati e ha resuscitato Lazzaro. Il Dio che risponde all'uomo che soffre è un Dio che a sua volta soffre, è un Dio crocefisso. Questa è una certezza, silenziosa ma eloquente. In Gesù osserviamo un atteggiamento di accettazione e di obbedienza di fronte al dolore: è pronto a fare la volontà misteriosa del Padre, secondo la quale «era necessario che il Figlio dell'uomo soffrisse». Egli è passato attraverso la sofferenza e la morte, fino a risorgere. Il Dio di Gesù Cristo, il Padre, ha vinto la morte con la risurrezione! E questa è una promessa anche per noi che siamo figli amati.

Ecco dunque che con la risurrezione negli occhi e la certezza che la croce è solo «collocazione provvisoria», ci addentriamo nelle pagine del libro.

Capitolo I

La sofferenza e le emozioni

I lunghi singhiozzi
dei violini d'autunno
mi feriscono il cuore
con monotono languore.

PAUL VERLAINE, *Canzoni d'autunno*

Introdursi al tema della sofferenza, della malattia e della morte significa riflettere sul senso del limite, sulla finitudine della vita. Una questione certamente delicata perché sollecita emotivamente ciascuno di noi e chi ci sta accanto, un argomento poco di moda perché la cultura favorisce il «non parlarne».

Perché scegliere di andare contro corrente e soffermarsi su questioni così «scottanti»? Educare, accompagnare nel cammino di crescita dei bambini e dei ragazzi, comprende oltre che la vita anche la morte. Questo almeno per tre ragioni:

La prima riguarda anzitutto la consapevolezza che l'esperienza del limite invita a porsi domande su di sé, sul senso della vita e sul senso religioso. Le situazioni di sofferenza possono dunque condurre a un avvicinamento a Dio, agli altri o ai valori della vita, oppure possono portare alla reazione opposta, provocando la perdita di ciò in cui si credeva prima.

La seconda ragione è che c'è un modo solo di parlare della morte: come l'altra faccia della vita. Chi parla al bambino della morte deve custodire l'unità simbolica della vita. Per esempio nel libro *Il mare*

del cielo[11] si ritrova la parola «mare» racchiusa sia nel «mare d'acqua» (la vita, con il suo luccicare di pesci), sia nel «mare del cielo» (l'oltre, con il suo luccicare di stelle). L'adulto purtroppo ha spesso dissociato la morte dalla vita. Invece dentro questa unità si dà alle cose sia il loro spessore simbolico che quello realistico: si può sentire il desiderio che il papà torni presto e insieme cogliere che il suo stare nel mare del cielo è per sempre. Il bambino così non è costretto a negare una parte di sé: sentirà dolore, paura, ma al tempo stesso potrà pensare di sentire il papà vicino in un altro modo. Dunque possiamo parlare della vita e della morte se abbiamo dentro di noi questa unità.

La terza ragione si rifà all'idea già espressa che la nostra cultura rimuove il limite, la sofferenza, la malattia e la morte, cerca di zittirle, si illude di negarle. Esse non hanno posto nella nostra società poiché rappresentano la sconfitta per la medicina e la tecnologia. Per esempio, quante volte durante la pandemia da Covid-19 le scelte sono nate da questioni economiche e non educative o di tutela della salute? Si pensi alle ripetute chiusure delle scuole e ai profondi disagi psichici che questo ha portato nei giovani e negli adolescenti: sono aumentati i disturbi d'ansia, le depressioni, i tentati suicidi e i suicidi stessi, i ragazzi più fragili si sono ritirati socialmente chiudendosi nelle loro stanze dietro ad un video o dentro ad un letto senza mangiare, senza dormire se non per sfinimento. Quante volte si è lottato con una tracciabilità difficilmente gestibile che ha sovraccaricato servizi e organizzazioni portando a confusione e caos?

Quanto il carico di informazioni e *fake news* a cui siamo stati costantemente sottoposti ha generato problemi, disinformazione e allarmi ingestibili?

Eppure, il tabù del limite, la sua non accettazione, si inscrive in un paradosso: se, da una parte, il pensiero contemporaneo vuole esorcizzarlo, dall'altra parte viene spettacolarizzato dai mass media che, senza troppi pudori, espongono morti e violenze quasi irreali; le ostentano attraverso giochi cruenti: sparatorie, lotte tra nemici,

[11] C. Zanotti, *Il mare del cielo*, San Paolo, Milano 2004.

uccisioni; persino, un settore della musica propone vuoti colmabili solo da alcool e droghe, inneggiano all'autolesionismo, al suicidio…

Pertanto, neppure i bambini vivono in un mondo protetto: ricevono continue informazioni e ne sono turbati, ognuno a seconda della propria sensibilità, età ed educazione.

Anche quando si cercasse di proteggerli, si rischierebbe semplicemente di far sì che un domani si troveranno soli e impreparati, quando malattia e sofferenza busseranno alla loro porta. La non-spiegazione lascia il bambino nell'incertezza e nello spavento, che porteranno inevitabilmente ad una condizione di angoscia e confusione, rendendo l'evento più traumatico di quello che già è di per sé. Persino una verità infelice sarà migliore dell'insicurezza di non sapere. Non si può impedire ai bambini di essere tristi ma, condividendo i sentimenti e dando loro informazioni, si potrà sostenerli nella loro tristezza. Detto in altri termini: se un bambino di 5 anni, vedendo spesso la mamma con le lacrime agli occhi, fosse in grado di commentare, potrebbe dire: «La mamma piangeva spesso, la sentivo parlare al telefono con la zia, le scendevano sempre le lacrime. Io proprio non sapevo come renderla felice. Forse sono un bambino cattivo!».

Vedremo un passo alla volta quali sono gli strumenti cognitivi del bambino e come egli arrivi a fare simili ragionamenti.

Un limite inevitabile

Durante una lezione, appena tornati dalle vacanze, una studentessa disse al suo professore, Alessandro D'Avenia[12]:

> «Il prossimo romanzo che ci farà leggere deve finire bene!», facendo riferimento al suo libro *Bianca come il latte, rossa come il sangue*.
> «Come mai [questa domanda]?» si interrogò il professore.
> «Una prima risposta banale è che ci sono almeno quindici anni di differenza tra me e voi» disse agli studenti. «Quindi, ho un po' di vita

[12] Cf <https://www.youtube.com/watch?v=IPAwiJwLNkE>

in più che mi consente di dire che nella realtà c'è una parte che è il dolore. La sofferenza, in qualche maniera, fa parte della vita. Anche quella è parte di ciò che siamo; ma questo non siete disposti ad accettarlo perché avete 15 anni e giustamente volete, anzi pretendete che la vita sia tutta rose e fiori».
«Sapete come nascono le perle?» continuò.
«Il mito che circola è che provengano da un granellino di sabbia incorporato dalla conchiglia.
La realtà, invece, è molto più drammatica. Quello che succede è che c'è un predatore che cerca di aprire la conchiglia e di mangiare il mollusco che c'è dentro. La conchiglia riesce a resistere, ma nonostante la resistenza il predatore le lascia dentro qualche cosa. Occasionalmente può essere un granello di sabbia che si trovava nei paraggi o addirittura qualche cosa che appartiene al predatore. La conchiglia, poi, si richiude e scopre di avere dentro di sé un corpo estraneo che deve eliminare.
Anche voi siete delle conchiglie chiusissime: avete una paura matta che il dolore entri dentro di voi. Si noti che per fare la perla ci vogliono quattro anni: comincia a costruire attorno al corpo estraneo, a cerchi concentrici con la madreperla che riveste le pareti della conchiglia. Poi, a seconda di come è il mollusco e attraverso tutta una serie di fattori si formano le dimensioni, i colori straordinari…
Insomma, proprio quando entra il tormento, possiamo rischiare di cominciare a costruire la perla. Non abbiate paura del tormento. Certo, fa male. Ma con l'esperienza di qualche anno posso dirvi che le cose più belle della mia vita sono nate da un tormento. La gioia è sempre qualche cosa di ricevuto. Più cerchiamo la gioia e meno la troviamo».

Non si tratta di un inno alla sofferenza, ma di un modo per dire che è impossibile non soffrire, come per esempio nel caso di Giorgio.

Giorgio ha 5 anni, il suo papà, positivo al Covid, aveva trascorso venti giorni in quarantena in taverna. Per tutto quel periodo non era potuto salire in casa. Giorgio, che è molto sensibile, ha iniziato a manifestare segni di regressione e irrequietezza, finché mamma e papà non si sono spesi nello spiegargli che papà stava bene ma che

non poteva salire per «precauzione», perché il virus che aveva preso si trasmette facilmente alle persone e così stando lontano li avrebbe protetti. Lo avevano anche rassicurato che non appena papà fosse guarito, sarebbe tornato in casa con tutti loro. Ogni tanto papà si faceva vedere dalla scala, a distanza, i bambini gli mandavano dei disegni, qualche scambio avveniva in videochiamata! Niente per scontato. Solo così Giorgio, che inevitabilmente ascoltava i telegiornali, sentiva le telefonate preoccupate della mamma … si era potuto rassicurare e aveva imparato a tollerare la fatica di non poter abbracciare il suo papà per venti giorni.

Se questi avvenimenti cambiano l'equilibrio psichico di un bimbo, chissà eventi più drammatici che influenza hanno su di noi. Sia adulti che bambini si trovano a dover gestire lo smarrimento, a vivere nell'assenza e nel vuoto incolmabile che essa porta con sé.

È impossibile non soffrire[13]. Per il solo fatto di essere venuti al mondo, prima o poi sperimentiamo la sofferenza nella nostra vita. Non si tratta di essere fatalisti, ma realisti. Per questo, è fondamentale accompagnare sin dalla prima infanzia i bambini educandoli alla finitudine della vita.

Quando una mamma cambia il suo bambino appena nato, gli parla, lo accarezza, gli sorride e alle volte fa con lui un vecchio gioco: «bau cucù». Durante il gioco la madre copre il volto (che per il piccolo equivale a scomparire) e poi lo scopre (che equivale ad essere tornata). Si alternano nel bambino frustrazione per la scomparsa e gioia per il ritorno. Questo permette al piccolo di scoprire che lui è altro dalla sua mamma.

Il bimbo di un anno, già forte di molte esperienze, quando vede la madre uscire e lasciarlo ad altri si sente morire (e la madre con lui). Si sente abbandonato da colei che rappresenta ai suoi occhi ogni sicurezza. Le sue urla che non riescono a trattenerla esprimono la sua totale impotenza, come se dicesse: «Vedi come sono piccolo e fragile, come osi abbandonarmi?!». Eppure, proprio perché il bimbo passa

[13] Cf C. Pirrone - F. Scanziani, *I figli ci parlano di Dio*, cit., p. 153.

attraverso la crisi di pianto, può sperimentare il ritorno della mamma e, con essa, il suo permanere nella vita[14].

Durante il periodo di inserimento (ambientamento) alla scuola dell'infanzia il bambino soffre per la separazione dalla mamma, eppure con amorevole decisione lei non torna sulla scelta fatta e lo accompagna affinché il suo piccolo superi questo ostacolo per un bene più grande.

Si può pensare anche alla gelosia che per un periodo provano i bambini alla nascita di un fratellino.

Il bambino, un po' più grandicello, che ha più volte fatto l'esperienza di avere una mamma buona che gli dà la caramella quando lui la vuole, sperimenta, prima o poi, la stessa mamma che gli dice un fermo: «No!». Eppure, ha di fronte a sé altre caramelle: nel barattolo di vetro ce ne sono ancora moltissime. Il piccolo elabora la sua rabbia di impotenza dicendo alla mamma parole più grandi di lui: «Brutta…, cattiva…, non ti voglio più bene!». Ma se la relazione tra loro è ancorata con forza ad un valore che supera i due protagonisti, il bambino potrà sperimentare con il tempo che in questa frustrazione c'era qualcosa di positivo che l'ha conservato nell'essere della vita. Questa relazione diventerà la traccia su cui si costruiranno molte altre relazioni nella sua vita futura[15].

Inevitabilmente anche l'adolescente si imbatte nella fatica di crescere che, alle volte, può procurare sofferenza e paura in merito a ciò che per lui in quel momento è importante: il proprio corpo, i voti scolastici, le relazioni sociali…

Di seguito ci sembra interessante riportare alcune parti di un tema scritto da un adolescente in merito all'amicizia.

Io penso che, essendo una persona aperta e senza segreti, non mi faccio problemi a confidarmi con un amico che conosco da tempo e con il quale ho un legame più profondo perché non credo di avere tante cose importanti da tenere solamente per me. Infatti se sono molto amico di

[14] M. Zattoni - G. Gillini, *I sentieri della vita. Crescere i propri figli, fondamenti e consigli per i genitori*, San Paolo, Milano 1993, p. 71.
[15] M. Zattoni - G. Gillini, *I sentieri della vita*, cit., p. 71.

una persona parlo con lei e racconto quasi tutto di me senza sentirmi giudicato. Invece penso che non riuscirei mai a parlare tranquillamente con qualcuno che conosco da poco tempo, o con il quale non ho un buon legame di amicizia, perché in questo caso divento timido e faccio fatica ad espormi. Per questo motivo faccio raramente nuove amicizie. Se invece qualcuno di sconosciuto mi giudica, mi interessa di meno rispetto al giudizio di un mio amico.
Ad esempio, durante la prima quarantena chiamavo molto spesso la mia migliore amica e il mio migliore amico, per aver compagnia e non sentirmi solo, solamente che non riuscivo a raccontare quello che mi accadeva o cose più importanti. Attraverso lo schermo, non riuscivo ad aprirmi. Mi era molto difficile perché con la videochiamata non si riescono a capire bene le emozioni, poiché a volte va male la connessione o i tuoi familiari entrano ed escono dalla tua stanza non sapendo che in quel momento vorresti stare da solo. Ho avuto anche un momento di grande tristezza per questa situazione, però appena siamo potuti uscire, non smettevamo di parlare tra noi e delle cose non dette davanti allo schermo.
Inoltre quando confidi interamente te stesso ad un tuo amico, ci si capisce appena ci si guarda, quando ci si parla se sei emozionato, triste, arrabbiato, deluso… ci si capisce subito!
Ad esempio un giorno una mia amica mi ha chiamato al telefono e appena mi ha detto: «ciao!», ho capito subito che c'era qualcosa che non andava, avevo capito che era triste e infatti le chiesi subito cosa avesse. Parlare al telefono è comunque difficile, perché non permette di capire bene quello che si dice. Infatti poi quando ci siamo visti era chiaro che era ancora triste per quello che le era successo: bastava uno sguardo per comprenderlo.
Mi capita che quando sono in giro con i miei amici e succede che sono un po' triste per dei brutti pensieri che mi vengono in mente (per esempio rimanere solo senza amici o non essere apprezzato per quello che sono), loro lo capiscono perché di solito sono una persona solare e che parla molto. Invece se sono triste non parlo e mi isolo, quindi loro mi chiedono che cosa ho e mi ascoltano. Parlando mi accorgo che poi non mi sento più triste perché non devo più tenere il peso del brutto pensiero tutto per me, ma posso condividerlo.

Infine penso che quando racconti interamente di te ad una persona, poi non ti vergogni più di parlare con lei perché non ti giudica e ti apprezza interamente per quello che sei.
Per esempio, questo accade quando parlo delle mie paure e delle mie incertezze ai miei migliori amici. Quando gli confido certe paure mi sento libero, non mi sento giudicato. È una bellissima sensazione perché è come se fossi a casa, cioè come se mi sentissi protetto e al sicuro, libero di essere me stesso.
In conclusione, penso che prima di parlare con un amico dei propri segreti bisogna essere certi che non sia un amico falso. Per capire se si ha un amico vero, di cui ti puoi fidare, bisogna aspettare qualche anno, anche per vedere se lui riesce a conquistare la nostra fiducia. Ad esempio, nel mio caso mi posso fidare di una persona se riesce a tenere per sé i segreti che gli ho confidato partendo da cose banali. Se il mio amico riesce a non parlare con gli altri amici dei miei segreti anche quelli più semplici, allora so che gli potrò raccontare segreti più complessi e più personali. Solo così riesce a conquistare la mia fiducia.

Com'è importante l'amicizia per un adolescente! Quante riflessioni si dipanano nella loro mente e quante sofferenze nel caso in cui si vivano incomprensioni, tradimenti o sotterfugi.

Infine, il caso dell'adulto. Ciascuno potrebbe narrare un elenco di situazioni di sofferenza attraverso le quali è passato o che sta attraversando.

Tutte queste esperienze di impotenza, sofferenza o frustrazione sono rappresentate emblematicamente dalla morte: lo scacco che allude ad ogni altro scacco, il simbolo di ogni cosa che va sotto il segno del negativo, che limita il potere di bene dell'uomo. Vedere una persona morire e non poter fare niente è icona di ogni nostra impotenza. È la negazione di tutta quella logica che usiamo quotidianamente nella nostra vita e che va sotto il nome di buonsenso. Non c'è buonsenso nella morte. Proprio nessuno.

In definitiva, fin da quando si viene al mondo si fa esperienza della gioia, ma anche del dolore. Pur senza cadere nella trappola dell'autocommiserazione o della rassegnazione, si tratta di un dato

inevitabile per quanto indesiderato. Ciononostante, non siamo al mondo per soffrire – come potrebbe commentare qualcuno – bensì per vivere.

L'esperienza della sofferenza nel bambino

Quando il bambino soffre vive il dolore sia nel mondo reale che nella sua mente. Questo significa che le sue sofferenze possono essere legate sia ad avvenimenti e a situazioni concrete, così come a tormenti che nascono nella sua fantasia. Per esempio un bimbo che sta vivendo i primi giorni alla scuola dell'infanzia e sta aspettando la sua mamma all'uscita, potrebbe essere assalito da un'angoscia tremenda (pensando di essere stato abbandonato) se lei arrivasse con qualche minuto di ritardo a prenderlo lasciandolo ultimo tra tutti i bambini. In più le ridotte capacità del linguaggio nei bambini più piccini possono rendere più faticoso capire la sofferenza del bambino da parte dell'adulto e al piccolo stesso di esternare il dolore e chiedere un aiuto adeguato. Per cui l'insegnante potrebbe non capire perché il suo alunno improvvisamente scoppia in un pianto irrefrenabile.

Tante forme di sofferenza possono – nella misura del possibile, devono – essere evitate al bambino, se l'ambiente si comporta in modo rispettoso nei suoi confronti, se si tiene conto delle sue caratteristiche psico-fisiche e dei suoi bisogni particolari. Ci sono però forme di sofferenza e disagio inevitabili, per esempio legate alla fatica di crescere, alla perdita, alla malattia.

È fondamentale quindi da un lato che l'adulto conosca, per quanto gli è possibile, il mondo interiore del bambino, perché quanto avviene nella sua mente per lui ha lo stesso valore dei dati di realtà (vedi la mamma in ritardo e la paura dell'abbandono); dall'altro che non si senta in colpa o cerchi sempre qualcuno a cui attribuire una responsabilità della sofferenza del piccolo, perché di fatto si tratta di dolori legati alle circostanze della vita.

Tipi di sofferenza del bambino:

- Fisica (dolori fisici, operazioni, interventi, traumi, fame…)
- Psichica (paure, ansie, fobie, incubi)
- Carenze e frustrazioni (carenza affettiva, bisogni non soddisfatti, distacchi…)
- Perdite (di oggetti o animali o persone…)
- Violenze e maltrattamenti
- Gelosie
- Conflitti
- Isolamento sociale
- Situazioni di handicap

Fattori dai quali dipende la sofferenza:

- Età del bimbo
- Caratteristiche psicologiche
- Durata della sofferenza
- Frequenza dell'esperienza di sofferenza
- Intensità della sofferenza
- Precedenti esperienze di sofferenza
- Aiuti che possono essere offerti al bimbo che soffre
- Qualità e caratteristiche del contesto di vita

Il bambino vive le esperienze in modo diverso dall'adulto: i sentimenti di dolore nascono improvvisamente e altrettanto improvvisamente scompaiono (può sorridere quando le ultime lacrime scorrono ancora sulle guance); questi sentimenti dolorosi possono investirlo «totalmente» e coinvolgerlo interamente; il bambino non è in grado di distanziarsi dal dolore e quindi non è in grado di ridurlo ad un'esperienza tutta interiore, manifestando – come l'adulto – calma e pacatezza, perciò mostrerà all'esterno in modo diretto e immediato ciò che passa nel suo intimo (vedremo tra breve che nel piccolo vale l'equazione: emozione = azione).