

Image not found or type unknown



LIBRI

Giovani e pandemia, Borgna: educare all'ascolto del cuore

CULTURA

20_03_2021

Image not found or type unknown

"Le ragioni del cuore", quelle di Pascal, sono la via per accostarsi all' "indicibile" della vita, legato al dolore profondo. È l'assoluta convinzione di Eugenio Borgna che, aggiornando un seminario tenuto in un liceo di Novara, offre ai ragazzi di oggi storie di malattia, riflessioni che danno speranza e bellissime poesie. L'ultima fatica dello psichiatra novantenne, *I grandi pensieri vengono dal cuore* (Raffaello Cortina Editore), vuole insegnare ai più giovani ad affrontare anche l'imprevista tempesta della pandemia. Un trauma che li sta segnando duramente, benché si sottovalutino l'inquietudine e la solitudine di tanti studenti, rinchiusi a casa per la didattica a distanza. L'autore invita i suoi lettori ad aprire con gentilezza le porte dell'interiorità nostra e degli altri, senza dimenticarne la fragilità, che lui ha ben conosciuto nella sua innovativa cura psichiatrica.

Borgna attinge proprio alla sua esperienza di pratica medica, profondamente umana nella sua sollecita attenzione al paziente ferito nell'anima. Ma riconosce anche

la grandezza del cuore, citando Nietzsche: "Ha cuore chi conosce la paura ma soggioga la paura; chi guarda nel baratro, ma con orgoglio". E questo cuore, questo coraggio, l'hanno testimoniato con generosità gli operatori sanitari che nell'emergenza pandemica hanno salvato vite umane sacrificando la propria. Ma è anche ciò che ha vissuto la giovane ebrea Etty Hillesum quando, nel viaggio verso Auschwitz, "scriveva su una cartolina di non avere paura, perché il suo cuore l'aiutava a non averla". Lo stesso coraggio dei fratelli ventenni Sophie e Hans Scholl, giustiziati per la loro opposizione al nazismo. Una prospettiva anche per chi conduce una semplice vita quotidiana, con le sue ansie e le sue attese. "Nella vita di ogni giorno non dovremmo mai dimenticare di essere in dialogo senza fine con gli altri, e con noi stessi; ogni dialogo è nutrito di parole, ma non è facile trovare quelle che sono le più adatte ad essere portatrici di cura".

Cura non solo psichiatrica, ma semplicemente umana, possibile per tutti. Per questo Borgna offre indicazioni puntuali. Precisa: "Le parole gentili a volte non nascono in noi, e può non essere colpa nostra; ma le parole che si ha il dovere di non dire sono le parole banali, intessute di freddezza e indifferenza". Pensiamo al chiacchiericcio inconcludente di questi giorni di pandemia, quando invece sarebbe necessario uno sguardo premuroso sull'altro, che apra alla generosità. Ma il dialogo esige pure autentico ascolto, e richiede tempo. Così lo studioso si chiede se la scuola affronti con serietà il tema delle parole, "quelle che fanno del bene e quelle che fanno del male. Non si giungerà a mantenerle vive nel cuore se non si insegna nelle scuole a scegliere quelle che aprono la vita all'interiorità, fonte di ogni relazione umana". Che cambiamento è richiesto a quei docenti che si preoccupano solo della socializzazione! La saggezza del cuore è preziosa anche per loro: potrebbero stimolare gli studenti ad essere migliori se solo li accogliessero con comprensione. "Sì, le parole sbagliate e immotivate, aggressive e indifferenti, sono sorgenti di dolore e angoscia".

Ma non meno significativo è il silenzio. Chi non parla non è vuoto. C'è un silenzio che nasce dalla meditazione, dalla contemplazione, o anche dalla timidezza: tutti silenzi da accogliere. Ma c'è pure un silenzio che sgorga dall'angoscia e dall'inquietudine che intimorisce, ma va accettato nel suo mistero, compreso. Basti pensare alla potenza creatrice dei "sovrumani silenzi" di Leopardi, che ha saputo generare la bellezza struggente della poesia *L'infinito*; lo psichiatra-filosofo la riporta per intero, con altri capolavori come *Il silenzio* di Rilke o *Spesso il male di vivere ho incontrato* di Montale. Ripercorrendo le storie dolorose delle sue pazienti, mette in rilievo il valore della speranza nella cura della depressione, che purtroppo colpisce anche tanti giovani. Ribadisce che lo sguardo su chi soffre di profonda malinconia deve essere capace di riconoscerne la ricchezza umana, e richiede delicatezza e gentilezza.

Tanta nascosta sofferenza dei nostri ragazzi, chiusi in casa per la pandemia, non può essere risolta solo con farmaci antidepressivi. Resta la domanda: "Come oltrepassare la distanza che ci separa gli uni dagli altri, come creare tra noi ponti che ci salvano dal naufragare nel mare della disperazione?". Anche perché il mistero del suicidio (le cui reali proporzioni legate all'attuale emergenza vengono sottaciute) può essere prevenuto solo se si conosce intimamente la sofferenza. Borgna racconta la drammatica esperienza della poetessa Antonia Pozzi (morta a soli 26 anni per stanchezza di vivere), proprio per mostrare quale dolore ci possa essere in un'adolescenza, senza che familiari o amici se ne accorgano. L'invito ai giovani è quello di guardare negli occhi e ascoltare i loro compagni che "stanchi, smarriti, silenziosi e inquieti, sono magari in attesa di una parola, di uno sguardo o di un sorriso, e di una lacrima".

Il capitolo finale è interamente dedicato al tempo del Covid, epoca di cambiamenti interiori, solitudine, occasione di ascolto e silenzio. Abbiamo dovuto riscoprire il senso di giornate sempre uguali, coltivando la capacità di attesa e di speranza. Siamo stati colti dalla paura, persino eccessiva, del contagio, e questo ha spinto molti all'isolamento. La vicinanza della morte, amplificata ossessivamente dai media, ha toccato con la sua angoscia anche i più forti, aggravando le condizioni dei più deboli. Ma riusciremo a salvare nel cuore e nella memoria questo periodo di sospensione dolorosa della vita solo se conserveremo la coscienza dei nostri limiti e delle nostre fragilità, insieme alla grandezza dei gesti di solidarietà e dedizione che hanno segnato questi mesi. Dal nostro cuore sgorgherà la speranza di "ritrovare nuovi orizzonti di vita aperti al dialogo e all'ascolto, alla generosità e alla compassione". Al di là delle nostre debolezze.