

Narrare la sofferenza al tempo del Covid-19: un'esperienza formativa

DOMENICO SIMEONE*

RIASSUNTO: Il contributo intende valorizzare la narrazione come dispositivo per scoprire significati profondi della propria esperienza, riappropriarsi del proprio vissuto, fare memoria. Al contempo, se è accompagnata da uno sforzo riflessivo, la narrazione offre una chiave di lettura per comprendere ciò che è accaduto e permette di costruire il futuro, diventando uno strumento fondamentale per apprendere dall'esperienza di sofferenza causata – soprattutto – dalla pandemia che stiamo vivendo.

PAROLE CHIAVE: narrazione, sofferenza, Covid-19, formazione.

ABSTRACT: The contribution intends to enhance the narrative as a device for discovering deep meanings of one's experience, regain possession of one's own experience, remembering. At the same time, if accompanied by an effort, the narrative offers a key to understanding what has happened and allows us to build the future, becoming a fundamental tool for learning from the experience of suffering caused – above all – by the pandemic that we are living.

KEY-WORDS: narrative, suffering, Covid-19, training.

1. Introduzione

La pandemia ci ha colti impreparati, all'improvviso abbiamo dovuto fare i conti con l'imprevedibilità, la precarietà, il limite, la malattia, la morte. Il virus si è impadronito dei nostri progetti e dei nostri sogni, ha seminato paura e sconcerto, ha provocato dolore e morte. Abbiamo sperimenta-

* Università Cattolica del Sacro Cuore (Milano), Dipartimento di Pedagogia.

to la fragilità della nostra società e sono risultate più evidenti le sue contraddizioni, ma al tempo stesso abbiamo potuto vedere nascere nuove forme di generosità e di solidarietà, anche se probabilmente, come sostiene G. Costa, questa crisi non ha portato con sé elementi di novità radicali, ma ha provocato «una forte accelerazione di processi che erano già in atto. In altre parole la pandemia sembra comportarsi come un catalizzatore delle dinamiche economiche, sociali e culturali e delle loro contraddizioni» (Costa, 2020, p. 447). Come ci insegna E. Morin, la crisi può svelare «ciò che era nascosto, latente, virtuale all'interno della società (o dell'individuo); gli antagonismi fondamentali, le rotture sismiche sotterranee, i percorsi occulti delle nuove realtà. (...) Mette in moto, non fosse che in embrione o per un attimo, tutto quel che può portare cambiamento, trasformazione, evoluzione» (Morin, 1980, pp. 204-210). La crisi ci pone di fronte alla necessità di compiere scelte, prendere decisioni nella consapevolezza che «per cogliere le opportunità inattese e non soccombere al rimpianto serve quindi capacità di visione e di immaginazione, serve uno sforzo personale e collettivo per riconfigurare il modo con cui si pensa e si agisce. E servono il coraggio e la volontà di farlo» (Costa, 2020, p. 445).

Un futuro che dovrà nascere da un impegno condiviso perché l'epidemia c'incoraggia a pensarci «come appartenenti a una collettività. Ci obbliga a uno sforzo di fantasia che in un regime normale non siamo abituati a compiere: vederci inestricabilmente connessi con gli altri e tenere in conto la loro presenza nelle nostre scelte individuali. Nel contagio siamo un organismo unico. Nel contagio torniamo ad essere una comunità» (Giordano, 2020, p. 27). Come ha detto Papa Francesco nel messaggio *Urbi et orbi* durante la toccante preghiera pronunciata il 27 marzo 2020 in una piazza San Pietro deserta, sotto una pioggia battente: «Ci siamo resi conto di trovarci sulla stessa barca, tutti fragili e disorientati, ma nello stesso tempo importanti e necessari, tutti chiamati a remare insieme, tutti bisognosi di confortarci a vicenda. Su questa barca... ci siamo tutti» (Papa Francesco, 2020, p. 19).

2. Ridare significato alla propria esistenza

La pandemia e gli eventi che l'hanno caratterizzata chiedono a ciascuno di ridare significato alla propria esistenza. «Siamo condannati a riflettere sulle nostre vite, sulla nostra relazione con il mondo e sul mondo stesso»

(Morin, 2020, p. 24). La pandemia, rompendo gli equilibri consolidati, svela nuove dimensioni, pone interrogativi inediti, invita a riconsiderare il rapporto con se stessi e con gli altri, apre la ricerca di nuovi orizzonti di senso a patto che ci si lasci interrogare da essa. «Qui nasce la domanda circa il senso della sofferenza, che poi si estende alla domanda che chiede il senso della vita, se è vero che la sofferenza le è costitutiva. Il senso, infatti, è come la fame che si avverte non quando si è sazi, ma quando manca il cibo. È l'esperienza del negativo a promuovere la ricerca, è la malattia, il dolore, l'angoscia, non la felicità, sul cui senso nessuno si è mai fatto domande» (Galimberti, 2005, p. 12). La pandemia con il suo carico di sofferenza rappresenta un evento critico che irrompe in modo imprevedibile nella vita delle persone, modificandone i progetti e minacciandone la stabilità emotiva; questo determina la rottura di un equilibrio e implica un processo di trasformazione e di cambiamento. Allo stesso tempo la crisi pone il soggetto di fronte alla necessità di compiere scelte, lo induce a ridefinire il proprio progetto esistenziale alla luce dei nuovi eventi e in funzione dei propri riferimenti valoriali (Roveda, 1995).

Sotto il segno del dolore il mondo appare trasformato nella sua interezza: in questo senso il dolore appartiene al genere delle esperienze cruciali poiché esso sottopone gli uomini a una tensione che, quando non produce distruzione accresce certamente la percezione. Il dolore [...] rompe il ritmo abituale dell'esistenza, produce quella discontinuità sufficiente per gettare nuova luce sulle cose ed essere insieme patimento e rivelazione (Natoli, 2002, p. 8).

La crisi diviene allora, almeno potenzialmente, un'occasione di conoscenza e trasformazione a patto che la persona coinvolta abbia le risorse necessarie per comprendere e guidare tale cambiamento.

3. Narrare la sofferenza

In questo contesto si sono moltiplicate le testimonianze e le pubblicazioni che narrano delle esperienze vissute, delle difficoltà incontrate, del dolore e della sofferenza incontrati. Da dove nasce questo desiderio, profondo, recondito di dare parola al vissuto? Queste narrazioni hanno soltanto una funzione documentale e di testimonianza o rappresentano, seppur in direttamente, un'opportunità formativa?

Se è vero che

narrare significa mettere dei confini e nello stesso tempo superarli, significa anche stabilire una continuità non come nesso univoco di causa-effetto bensì come possibilità di riconoscere il filo che ci lega al passato e al futuro. La narrazione come spazio che contiene e che apre nello stesso tempo, come parola detta e come intenzione al senso non del tutto conclusa, sembra rispondere al difficile compito di tenere insieme la molteplicità e l'incompiutezza dell'io contemporaneo e il suo bisogno di riconoscersi e di essere riconosciuto (Melucci, 1999, p. 145).

raccontare e raccontarsi permette di scoprire significati profondi della propria esperienza, di riappropriarsi del proprio vissuto, di fare memoria, ma al tempo stesso, se è accompagnata da uno sforzo riflessivo, offre una chiave di lettura per comprendere ciò che è accaduto e permette di costruire il futuro; diventa strumento fondamentale per apprendere dall'esperienza. La narrazione chiama in causa i processi di pensiero, gli aspetti affettivi e relazionali, le dinamiche valoriali di ogni persona e permette di interrogarsi, di dare un senso che riconsegna alla persona l'esperienza sotto una nuova luce. La narrazione si pone, quindi, come occasione di sviluppo e di formazione non più confinabili nella sola area del saper fare e del conoscere, ma si estende all'area dell'essere che permette alla persona di narrarsi, svelarsi, pensare e pensarsi, aprendosi al cambiamento e rendendo possibili i processi trasformativi. «Potersi raccontare è poter compiere scoperte dentro di sé e su di sé, è poter ricostruire il proprio piano di vita, è de-formarsi per poter ri-formarsi, per poter guadagnare una nuova forma, è in qualche modo un «morire» per rinascere rigenerati» (Rossi, 2008, p. 185).

Se è vero che ciò che ci lascia più disorientati è «questa interruzione di futuro, che avevamo pensato e progettato diversamente» non dobbiamo cadere nell'errore di «pensare al futuro solo come estensione del presente: una sorta di pianificazione del futuro, che per certi versi è un modo per controllarlo, per rassicurarci» (Cucinella, 2020, p. 452) mentre questa situazione ci invia ad includere nelle nostre prospettive per il futuro anche l'imprevedibile, rinunciando ad ogni forma onnipotente di controllo. Non per questo non dobbiamo pensare al futuro, ma il futuro non potrà essere semplicemente la continuazione della traiettoria che è stata interrotta dal COVID 19, dovrà essere piuttosto l'esito di un profondo ripensamento. Siamo di fronte ad una frattura, «lo squarcio prodotto dal contagio è anche una rivelazione su chi eravamo e chi potremmo essere» (Giaccardi, Magatti, 2020, p. 12). Per questo E. Morin suggerisce di co-

gliere l'occasione per cambiare rotta facendo tesoro delle lezioni che ci vengono dalla pandemia (Morin, 2020). Abbiamo qui l'opportunità per rimettere in campo alcune domande di senso che ci invitano a trovare nuove risposte per il domani. Ci chiediamo, quindi, cosa possiamo imparare da questa esperienza? Come possiamo trasformare questo momento critico in una occasione generativa che ci permetta di ripensarci e di ripensare il nostro futuro.

La narrazione permette ai soggetti di ritornare con il pensiero sulle proprie esperienze e di dipanare i processi che le hanno sostenute. [...] La narrazione pertanto supera il resoconto, ma si attiene al senso. In altre parole, il racconto stabilisce una relazione aperta tra i fatti e la ricerca dei loro significati. È questa relazione che sprigiona nuove opportunità per l'educazione. Ritornare alle storie apre la possibilità di futuro, stabilisce una direzione di senso, propone cambiamento e desiderio (Cadei, 2017, p. 68).

4. Aprire le porte alla speranza: verso una prospettiva solidale

Infondere speranza, questo è il compito degli adulti con responsabilità educative, simile a quello che gli psicoanalisti D. Meltzer e M. Harris assegnano alla famiglia: «La speranza [...] [sembra] in un certo qual modo dipendere dalla possibilità che le forze costruttive prevalgano su quelle distruttive, sia per quanto riguarda l'individuo che il gruppo [...] In un'atmosfera ricca di speranza sarà possibile fare progetti [...]; si svilupperanno energia e spirito di iniziativa e verrà così stimolato il desiderio di conoscere e di imparare» (Meltzer, Harris, 1986, pp. 55-56).

La speranza ci conduce a rivivere «la sofferenza degli altri-da-noi come la nostra possibile sofferenza e, comunque, a partecipare alla loro angoscia e alla loro resistenza alla fatica di vivere [...] Resistere è tutto: diceva Rainer Maria Rilke; e nel resistere si recuperano orizzonti di senso altrimenti perduti» (Borgna, 2005, pp. 212-213). Si stabilisce così un atteggiamento solidale, una comunicazione in grado di vivificare la relazione educativa e offrire una nuova prospettiva a chi sta soffrendo.

Di fronte alla pandemia è necessario riscoprire la solidarietà quale «atteggiamento dello spirito, con cui l'uomo rispetta l'altro, comunica con lui, ne fa suoi i bisogni» (Galli, 1991, p. 391).

Prima di essere frutto di una scelta operativa e professionale, la solidarietà esprime un modo di essere dell'uomo, rimanda direttamente alla sua interrelazione con l'altro. La solidarietà, quindi fa parte del suo esse-

re prima ancora che del suo dover essere, è in prima istanza un “principio ontologico” e solo successivamente si presenta come un “principio etico”. Essa è collegata alla natura profonda dell’essere umano (Corsi, 2003, pp. 131-133).

L’uomo diviene autenticamente se stesso attraverso l’apertura all’altro, quindi l’elemento qualificante l’esistenza umana è il dialogo. «E’ in tale relazionarsi che si attua l’autentica libertà, quando l’uomo prende coscienza di se stesso nel rapporto con l’altro e, interpellato e chiamato all’impegno nella relazione, mette in gioco la totalità dell’essere» (Milan 1994, p. 33). L’uomo, quindi, può essere compreso nella sua essenza come “essere in relazione”. Il dialogo si basa sul riconoscimento dell’alterità, sull’accettazione autentica dell’interlocutore, sul desiderio di farsi suo prossimo. Questo approssimarsi all’altro, stabilendo connessioni vitali sconfigge la solitudine e genera speranza. «La speranza insomma come un ponte che ci fa uscire dalla nostra solitudine e che ci mette in una relazione senza fine con gli altri: con gli altri, in particolare, che soffrano e chiedano aiuto» (Borgna, 2005, p. 215). La speranza creatrice, allora cresce, o almeno può crescere, anche nel deserto dell’angoscia e della disperazione, del male di vivere e della fatica di vivere, dando vita ad una circolarità salvifica nella relazione tra operatore e persona bisognoso di aiuto (Borgna, 2005, p. 215). «È la speranza che crea stando sospesa, senza ignorarla, al di sopra della realtà, quella che fa emergere la realtà ancora inedita, la parola non detta: la speranza rivelatrice» (Zambrano, 1992).

Tale relazione, che possiamo definire di cura educativa (Mortari, 2006) consiste nel farsi carico di un’esistenza ferita mantenendola in un atteggiamento di apertura al mondo e alla vita,

perché non perda le dimensioni costitutive dell’intenzionalità e della progettualità, ma le rielabori in rapporto alla novità della situazione. Solo in questo modo la persona che soffre può mantenersi in costante tensione e in atteggiamento di disponibilità al cambiamento interiore che costituisce una delle prerogative più strabilianti di ogni essere umano, cioè la capacità di ristrutturarsi e di costruirsi a partire dalla situazione, da ciò che è, da ciò che è stato. Si tratta dunque di una cura che salva dal rischio di ricadere sul piano dell’esistenza inautentica e della deiezione, priva di intenzionalità e quindi destituita di significato e speranza (Bruzzone, 2007, p. 175).

Questo è il potere formativo implicito della narrazione:

Quanto sembrava chiuso e univoco riappare nell'incontro capace di contenere ed evocare significati prima inaspettati. Sino a ripensare il proprio dolore così severo, pesante e soffocante, come un evento che dischiude altro: quell'alterità che riporta a un nuovo incontro con il mondo, con sé e con il proprio da dove e verso dove. La sofferenza che incaglia l'esistenza nella fissità, nella ripetizione del male, è quanto contiene in sé, grazie al confronto autentico con gli altri, la possibilità del nuovo e un dispiegarsi impensato di esistenze (Contini, 2009, p. 19).

5. Una esperienza formativa

Far fronte alla sofferenza mentre impone un inevitabile dolore indica la strada per una più alta maturazione personale. L'*homo patiens*, ci ricorda V. E. Frankl, si pone su un piano superiore rispetto all'*homo faber*, la sua sofferenza può diventare un vero e proprio cammino spirituale di trasfigurazione, la sua vita non sarà più misurata dal successo o dal fallimento, bensì dalla realizzazione o dalla disperazione.

La capacità di accettare e affrontare una situazione difficile come la crisi pandemica che stiamo vivendo può diventare un'opportunità di apprendimento e di crescita purché sia vissuta in modo autentico e responsabile con lo stesso spirito indicato da V. Frankl per altre situazioni di sofferenza:

“Prendendo su di me una sofferenza, accettandola in me, cresco e sperimento un aumento di forza, arrivando a una specie di metabolismo. L'essenza del metabolismo sta nella trasformazione della materia grezza in forza. Sul piano umano si tratta della trasformazione di quel materiale grezzo che è il destino: chi soffre non può più formare il suo destino dall'esterno, ma la sofferenza gli consente di dominare il destino dall'interno, trasportandolo dal piano della fatticità a quello dell'esistenzialità [...] Mentre trasporto il fatto a un livello superiore, pongo anche me stesso e la mia propria esistenza su un gradino superiore. Questo vuol dire crescere [...] l'uomo che cresce oltre se stesso matura. è così: il vero e proprio risultato della sofferenza è un processo di maturazione (Frankl, 2001, pp. 81-82).

La sofferenza può diventare così un'opportunità per compiere un cammino interiore, che favorisce la maturazione della persona e la induce ad una ridefinizione del proprio progetto esistenziale (Roveda, 2005, pp. 127-158). La sofferenza non potrà essere così elusa, ma potrà essere tra-

sformata, o meglio, potrà trasformare il soggetto che la vive (Cardinali, 2007, p. 288). Perché questa “metamorfosi” possa essere portata a compimento è necessario che la persona abbia le risorse necessarie per far fronte alla difficoltà e trovi intorno a sé un contesto relazionale fecondo in cui le persone non disertino la relazione e accettino di accompagnarlo nel cammino alla ricerca di una risposta alla domanda sul senso della sofferenza che è anche una domanda sul senso della vita.

Da questo punto di vista la crisi pandemica «è una lente per leggere il nostro tempo: un microscopio che mette a nudo aspetti che ci sfuggono e che forse non vogliamo vedere, ma al tempo stesso un telescopio per guardare più lontano, con uno sguardo più libero dalla pressione della quotidianità. Non è solo una sventura che interrompe una corsa da rimettere il prima possibile sui binari, ma una frattura che è anche una rivelazione» perché – come scrivono Chiara Giaccardi e Mauro Magatti (2020, pp. 7-8) – la fine di un mondo diventi un nuovo principio.

Riferimenti bibliografici

BORGNA E., *L’attesa e la speranza*, Feltrinelli, Milano 2005.

BRUZZONE D., *Ricerca di senso e cura dell’esistenza. Il contributo di Viktor E. Frankl a una pedagogia fenomenologico-esistenziale*, Erickson, Trento 2007.

CADEI L., *Quante storie! Narrare il lavoro educativo*, ELS La Scuola, Brescia 2017.

CARDINALI F., *Ripensare la sofferenza*, in M. ANDOLFI, A. D’ELIA (a cura di), *Le perdite e le risorse della famiglia*, Cortina, Milano 2007.

CONTINI A., *La biografia come reperimento di senso nella sofferenza*, «Animazione sociale», 1, 2009, 1, pp. 13-19.

CORSI M., *Il coraggio di educare. Il valore della testimonianza*, Vita e Pensiero, Milano 2003.

COSTA G., *La porta “stretta” verso il futuro. Pensare insieme il dopo lockdown*, in «Aggiornamenti sociali», n. 71, 2020, pp. 445-468.

CUCINELLA M., *Inimmaginabile*, in G. COSTA, La porta “stretta” verso il futuro. Pensare insieme il dopo lockdown, «Aggiornamenti sociali», n. 71, 2020, pp. 445-468.

FRANKL V. E., *Homo patiens. Soffrire con dignità*, Queriniana, Brescia 2001.

GALIMBERTI U., *La casa di psiche*, Feltrinelli, Milano 2005.

GALLI N., *Educazione familiare società complessa*, Vita e Pensiero, Milano 1991.

GIACCARDI C., MAGATTI M., *Nella fine è l'inizio*, Il Mulino, Bologna 2020.

GIORDANO P., *Nel contagio*, Einaudi, Torino 2020.

MELTZER D. & HARRIS M., *Il ruolo educativo della famiglia. Un modello psicoanalitico dei processi di apprendimento*, Centro Scientifico Torinese, Torino 1986.

MELTZER D., *Studi di metapsicologia allargata. Applicazioni cliniche del pensiero di Bion*, Cortina, Milano 1987.

MELUCCI A., *Lo spazio della parola: narrazione ed identità nella società complessa*, in M. RUSSO (a cura di), *Scrittura e narrazione: le emergenze sociali nello sviluppo simbolico del linguaggio*, Unicopli, Milano 1999.

MILAN G., *Educare all'incontro. La pedagogia di Martin Buber*, Città Nuova, Roma 1994.

MORIN E., *Per una teoria della crisi*, in M. D'ERAMO (a cura di), *La crisi del concetto di crisi*, Lerici, Roma 1980.

———, *Cambiamo strada. Le 15 lezioni del coronavirus*, Cortina, Milano 2020.

MORTARI L., *La pratica dell'aver cura*, Bruno Mondadori, Milano 2006.

NATOLI S., *L'esperienza del dolore*, Feltrinelli, Milano 2002.

PAPA FRANCESCO, *La vita dopo la pandemia*, Libreria Editrice Vaticana, Città del Vaticano 2020.

PETROSINO S., *Lo scandalo dell'imprevedibile. Pensare l'epidemia*, Interlinea, Novara 2020.

ROSSI B., *Pedagogia delle organizzazioni. Il lavoro come formazione*, Guerini, Milano 2008.

ROVEDA P., *I giovani e l'elaborazione del progetto di vita*, in Id., *Amore, famiglia, educazione*, La Scuola, Brescia 1995.

——, *Progetto esistenziale e ricerca di significato*, Vita e Pensiero, Milano 2005.

ZAMBRANO M., *I beati*, Feltrinelli, Milano 1992.