

Di fronte all'esperienza della sofferenza

# PRENDERSI CURA

Davanti alla sofferenza occorre chiederci non tanto da dove viene e perché, quanto piuttosto di affermare il valore della vita nonostante il limite della sofferenza e della morte, riconoscendo che gli esseri umani sono il modo concreto che Dio ha di parlare agli uomini, di essere gli uni linguaggio di Dio per gli altri.

**A**rriva inaspettato, a volte devastante

quanto improvviso. Oppure si insinua lentamente nella nostra vita fino a quando ci sentiamo sommersi, incapaci di reagire e di immaginare una via d'uscita. Spesso scatenato da un evento che non eravamo stati in grado di prevedere o che forse conoscevamo fin

troppo bene, senza per questo riuscire a farcene una ragione. A volte colpisce noi, altre, la maggior parte, le persone che amiamo. Sapere che, in qualche modo, l'esperienza del dolore, del lutto, della malattia tocca la nostra vita non è sufficiente a metterci al riparo dalla sensazione di una perdita di senso che ci invade quando ne siamo colpiti... e il dolore diventa un'esperienza che comporta il rischio di separarci dal resto del mondo e della vita.

## Cura che è vicinanza e presenza

La cura, la vicinanza, la presenza, sembrano essere gli strumenti per attraversare la crisi che il dolore genera. Sia che colpisca il corpo, la psiche o lo spirito, il dolore ci lega al sentimento della *perdita* – di una persona cara, della salute, della casa, stabilità economica, di beni materia-



li, della posizione sociale – in ultima analisi della *nostra identità*. In qualunque sfera della nostra vita, sociale, professionale, affettiva... la perdita di questi riferimenti ci destabilizza e provoca in noi la sensazione di perdere, insieme a ciò che non è più, anche noi stessi. Ci ritroviamo spaesati a dover ricostruire, forse senza sapere bene che cosa.

L'esperienza del dolore ci obbliga a confrontarci con il *nuovo* che ci aspetta, e accoglierla significa accogliere noi stessi e il nostro limite. Accogliere è il punto di partenza per poter condividere, possiamo consegnare solo ciò che ci appartiene, si *guarisce* insieme, anche scoprendo che è possibile affidare il nostro dolore a chi sa ascoltarlo e guardarlo con compassione. Prenderci cura comporta la partecipazione autentica al dolore dell'altro anche se sembra solo limitarsi ad offrire il calore della propria presenza, presenza che

si manifesta nella capacità di accogliere chi ci sta di fronte nella sua vicenda e nel significato che sta scoprendo. Gesù, nella sua vita, si è preso cura della sofferenza umana, dell'uomo che soffre: lo ha curato, lo ha guarito, gli si è fatto prossimo, fino ad assumere nella sua carne tutta la sofferenza dell'umanità. Nella sua passione, il Figlio di Dio, ha *indossato* tutto il dolore dell'uomo e l'ha trasformato dandogli un senso; così come ha dichiarato il profeta Isaia: *Egli si è caricato delle nostre sofferenze, si è addossato i nostri dolori* (Is 53,4). In Gesù non c'è dolore umano che Dio non abbia provato. Tutto il nostro dolore, quello di tutti gli uomini del mondo, di ogni tempo e di ogni luogo, egli lo ha sentito su di sé; Gesù non ha tolto questa condizione di sofferenza ma l'ha vissuta, è stato capace di legarla all'amore e, in forza di questo, la visione del dolore è cambiata per sempre. Dio ci fa compagnia e si prende cura dell'uomo anche lì, proprio lì, nella sofferenza, nel dolore, nella malattia e nella morte. Gesù ci salva non togliendo la sofferenza ma trasformandola da luogo senza Dio a luogo in cui Dio è presente; egli non ci salva dalla sofferenza ma nella sofferenza, non toglie il dolore dalla nostra vita ma ci mostra la via per trasformarlo in luogo di senso.

## Un'esperienza che obbliga a interrogarci

Il dolore, la sofferenza, la malattia appartengono alla vita e noi possiamo prendercene cura, poiché solo accogliendo e imparando a prenderci cura del nostro dolore potremo fare altrettanto con la sofferenza di altri. Perciò, il dolore, l'invecchiamento, la malattia stessa diventano una domanda di aiuto, di condivisione, di amore, di comprensione. Una richiesta di aiuto e una domanda di senso perché ci costringe a riflettere su chi siamo, ci costringe a rivedere il nostro modo di vivere, di agire, di relazionarci, di giudicare. L'esperienza della sofferenza provoca a una forte interrogazione su di sé: che senso ha la vita, se io soffro? Non si sperimenta solo il dolore vivo, ma con esso l'interruzione delle proprie

possibilità. Attraverso il dolore siamo ricondotti alla questione centrale, all'essenziale: l'uomo. Ecco perché, a partire dall'esperienza del dolore, l'uomo si interroga sul male e quindi sulla realtà e sulla verità dell'esistenza. Da questo punto di vista il dolore ci pone in una condizione di interrogazione e di domanda e se il dolore non abbatte – e molte volte, dobbiamo riconoscerlo, abbatte e schiaccia – diventa un'occasione per crescere e aprirci al senso della vita. La sofferenza, la malattia, il lutto trascinano con sé la possibilità di generare separazione. L'uomo sperimenta attraverso il suo corpo, il suo agire, il suo sentire il mondo come lo spazio delle possibilità, come la vita futura che gli si apre dinanzi, con il dolore, che colpisce il corpo e la sensibilità, ciò che prima era mediazione per conoscere ed entrare in relazione diventa ostacolo nei confronti di un mondo che sembra lontano e irraggiungibile.

### Liberare in chi soffre la vita rimasta imprigionata

Il dolore cambia la dimensione dell'esperienza del proprio corpo e dell'esperienza di sé nei confronti degli altri, per questo il dolore separa. Esso mette in luce la singolarità e l'unicità dell'essere umano, ma spesso con questo anche la solitudine; il dolore è saputo e conosciuto solo da chi lo sta vivendo. Eppure, nonostante tutto, la sofferenza è e resta un momento della vita, appartiene alla vita la possibilità di soffrire. Prenderci cura di chi soffre significa impegnarci a liberare in lui quella vita che è rimasta imprigionata dal dolore, nascosta dalla tristezza. Prenderci cura è il modo profondo di vivere la compassione offrendo all'altro motivi per continuare a vivere, in questo modo, anche nel silenzio, noi possiamo aiutare a vivere chi si trova nel dolore, la *com-passione* alimenta la vita, anche nel più profondo della sofferenza. Prenderci cura di chi soffre significa non solo lasciarsi coinvolgere dalla sua sofferenza, ma anche confrontarsi necessariamente con due aspetti della vita, anche della propria vita: la fragilità e l'attesa. Il dolore e la malattia



ci pongono continuamente davanti alla fragilità e alla precarietà della vita in una società che sembra volerla negare; la vicinanza con chi soffre matura in ciascuno la consapevolezza anche della propria vulnerabilità e del proprio limite.

### L'esempio di Gesù

Prendersi cura di qualcuno comporta imparare l'attesa, sottomettersi a tempi di guarigione dove l'efficacia può essere solo da attendere e non da pretendere. Gesù mostra che la cura per l'altro è possibile solo all'interno di una relazione dove la guarigione si manifesta nella fiducia ridonata, nella vita riconciliata attraverso una parola che *tocca* l'uomo in profondità e gli restituisce la possibilità di vivere e li restituisce al loro desiderio di vivere. L'uomo Gesù, il Figlio di Dio ci mostra in che modo Dio stesso ha scelto di coinvolgersi nel mistero della sofferenza umana: soffre per l'uomo e soffre con l'uomo. Per questo il grido di dolore e di aiuto da parte di chi si sente abbandonato nella propria sofferenza (*Sal 22*), non solo è lecito, ma esprime la fiducia in Dio Padre nonostante il dolore, nonostante la prova, nonostante la percezione di una *lontananza* difficile da comprendere e accettare. La sofferenza viene vissuta in relazione a un Dio che appare forse *debole e fragile*, ma capace di soffri-

re per e con la sua creazione, con e per le sue creature. Si tratta allora, in qualche modo, ed è forse la prova più grande nel dolore, di *perdonare* a Dio la sua fragilità e il suo limite, la sua scelta di limitarsi per lasciare spazio ad altro, la sua scelta di manifestarsi nella precarietà della carne del Figlio. L'esperienza di Gesù non assicura una vita senza dolore e senza morte, ma ci promette che non saremo soli in questa situazione e che proprio l'esperienza del dolore e della sofferenza è capace di renderci più sensibili e ci provoca a ripensare il senso della nostra fiducia in Dio. La sfida allora è di dare un senso alla sofferenza, chiedendoci non tanto: da dove viene il dolore? Perché? Ma piuttosto ci spinge ad interrogarci: dove mi porta questo dolore? Per che cosa? Si tratta di riuscire ad affermare il valore della vita nonostante il limite della sofferenza e della morte, prendendo coscienza del fatto che gli esseri umani sono il modo concreto che Dio ha di parlare agli uomini, di essere gli uni *linguaggio di Dio* per gli altri. Ribadire il valore della solidarietà e della condivisione, nella prospettiva di fede, è un segno efficace dell'amore di Dio nei confronti di chi soffre.

### Compassione, prossimità e vicinanza

La compassione, la prossimità e la vicinanza sono il modo migliore per aprire al senso la sofferenza umana, che appare così strettamente connessa ad una fiducia che può affidarsi tanto a Dio quanto all'uomo. L'onnipotenza di Dio si manifesta nell'amore, amore che nel Figlio ha mostrato che la morte non ha l'ultima parola sulla vita. Dio non cancella il dolore della vita, ma continua a dividerlo, mostrandoci lo stile efficace e credibile delle nostre relazioni umane. Dio ha rinunciato ad ogni potere che non sia quello di amare fino alla fine e di rivolgerci, quando siamo nella sofferenza, una parola di aiuto. Il dono di grazia che attendiamo e che chiediamo è di riuscire, nel dolore, ad ascoltare questa parola per poi trasmetterla ad altri.

Francesca Balocco

Testimoni 7-8/2014