

Eduardo Roland – IL NOSTRO DOLORE QUOTIDIANO
(professore di letteratura e giornalista culturale)

Il dolore è un destino inesorabile, un'esperienza inevitabile da cui nessun essere umano può liberarsi. Pertanto dovremmo essere preparati per saper riceverlo e non sfuggirlo cercando invano di negarlo tramite le più svariate strategie. E questo perché per superare il dolore non c'è altra strada possibile che quella di affrontarlo, guardarlo negli occhi, costi quel che costi.

Lo spettro del dolore umano è molto ampio, ed esso va da una sensazione fisica concreta nel corpo, fino all'inscrutabile sofferenza spirituale di chi, per esempio, deve affrontare la perdita di un figlio, che, secondo molti, è il dolore più intenso che **una persona** possa sopportare. Non **è necessario** né pertinente ripassare ora l'immensa varietà delle sofferenze che giorno per giorno insidiano gli uomini di qualsiasi condizione sociale, razziale, religiosa o economica. Il dolore, in genere, non avverte, non **bussa** alla porta, si presenta di colpo, si installa nell'anima generando un peso spirituale, un'angoscia esistenziale che sembra lasciarci senza l'aria sufficiente per poter continuare a respirare.

Come dice lo scrittore uruguayano Marcelo Marchese, "ogni figlio di donna" ha passato momenti di profonda sofferenza, "e in quell'abisso in cui è caduto sente un artiglio nero che gli strizza il petto e all'alba si gira nel letto, con la vana illusione di raggiungere la quiete con un cambiamento di posizione, e nella sua mente, come se un demone attizzasse il martello sul ferro al rosso, percuotono i ricordi, e questo legame con l'orrore è vecchio e portò [i Greci] ad immaginare il fiume Lete, le cui acque donano la dimenticanza. Ma la dimenticanza non esiste lì dove la speranza scompare e l'uomo si trova solo in un deserto di dolore. Il tempo convertirà la vita in un settantacinque per cento di sofferenza e un venticinque per cento di rassegnazione. Ma ciò non è vero, è la parvenza di verità che il dolore impone per acuire la sua dittatura. Anche in quelle crisi rimane una parte di realtà celata, la magia, che quando scoppia, lo fa con una forza tale che spazza via con il suo potere l'orrore vissuto e senza fermarsi, lo espelle dalla memoria."

In questo testo che abbiamo appena citato, si introducono due concetti che alle volte vengono associati al momento di superare un dolore concreto: la dimenticanza e la speranza, contrapposti ai loro pari antitetici: la memoria e la disperazione. Jorge Luis Borges parlava dell' "arte della dimenticanza", intanto dimenticare qualcosa di doloroso in modo da recuperare la quiete non è compito facile per gli uomini e le donne comuni. Il grande scrittore argentino si riferiva, in questa occasione, concretamente al dolore di colui che sperimenta l'abbandono amoroso nel contesto di una coppia, di colui che ormai non è corrisposto dalla persona depositaria dei suoi affetti, in quell'amore a due che sia capace di realizzarsi in modo soddisfacente.

E se la speranza risulta sempre una virtù, lo è ancora di più nei momenti in cui tutto sembra una strada senza uscita per un uomo che soffre e non vede e non sente che la sofferenza. Tante volte, come viene presentato nel testo di Marchese, è la speranza di poter dimenticare ciò che ci attanaglia; ed è per questo che la memoria si presenta, in quei casi, come il terreno di coltivazione del dolore. Certo, non bisogna dimenticare che il dolore non può mai consistere in un coprire, nascondere, perché sappiamo che ciò non funziona, lo diceva Freud: ciò che viene represso, salta fuori, si manifesta in altre maniere. Il cammino della guarigione sarebbe allora quello di affrontare il fatto che è la causa del dolore, riceverlo, imparare a convivere con **esso**, e con il passare del tempo elaborare il lutto in modo adatto. In questo modo arriverà la quiete. Quietè che, per la legge della vita verrà alterata di nuovo con l'arrivo di una nuova sofferenza. Questo ciclo ha, certamente, un punto culmine: la morte, il momento in cui l'essere umano si libera dal peso della memoria, e con esso, dal dolore.

L'altro concetto che è presente nel testo citato è quello della rassegnazione, che secondo il dizionario della *Real Academia Española* significa "consegna volontaria che qualcuno fa di sé mettendosi nelle mani e volontà di un'altra persona"* , e che in termini religiosi sarebbe consegnarsi alla volontà del Destino o di Dio. Stiamo parlando dell'accettazione del dolore che ci tocca vivere, apprezzandolo come una realtà che non dipende da noi, che sfugge il nostro controllo, un sentimento che dobbiamo ricevere con la maggior dignità possibile, e poggiando sulla speranza come colui che si aggrappa ad un salvagente dopo il più tragico dei naufragi, con il desiderio di arrivare sulla sponda per continuare a vivere.

Arrivati a questo punto del discorso ci possiamo domandare ciò che tanti si domandano spesso: ogni dolore vuole insegnarci qualcosa?, dobbiamo essere attenti per poter imparare dalla sofferenza? È opinione generale, e non per questo meno vera, che la sofferenza diviene uno stato in cui l'uomo si apre ad imparare, che dal dolore può nascere un'opportunità di capire ciò che fino a quel momento non avevamo potuto o voluto capire. Parliamo qui di quel dolore che scuote chi soffre, che lo spinge a cambiare, a scandagliare, ad approfondire dentro di sé, a cercare nuove risposte. Coloro che hanno queste reazioni positive, lo fanno in genere cercando di trovare un senso al dolore che sperimentano: il contrario sarebbe rimanere bloccato e sentendo che tutto è assurdo e prodotto dal semplice caso.

Ebbene, è impossibile riflettere sulla sofferenza umana senza fare riferimento a Soren Kierkegaard, sicuramente uno dei pensatori occidentali che andò più in profondità sull'argomento, facendolo poi con una finezza e uno stile poetico poco comuni. Per ragioni ovvie non posso analizzare completamente il suo pensiero, anche se menzionerò alcune idee che vale la pena condividere con voi, alcune di esse abbozzate già in questa conversazione.

Per cominciare, secondo il filosofo danese, uno dei modi per raggiungere la preparazione necessaria per accogliere il dolore si trova nella filosofia, il cui scopo

è “dare all’uomo la forza per affrontare le vicissitudini della vita e trascendere i limiti del conosciuto” (*Timore e tremore*, 1843). Ciò vuol dire che il pensiero filosofico dovrebbe essere capace di dare degli elementi concreti per rinforzare la capacità che un uomo ha di sopportare la sofferenza. Interessante applicazione pratica di una disciplina che tante volte è stata criticata per il suo livello altamente teorico e la sua conseguente incapacità di scendere sulla terra in modo da interagire con ogni comune mortale.

Non dimentichiamo che “Kierkegaard giudica inevitabile la sofferenza proveniente dalle disgrazie, dalle malattie, la morte delle persone amate. Di fronte a ciò non ci sono formule magiche. L’unica soluzione degna è sopportarla con pazienza” (queste sono le parole dello spagnolo Rafael Larrañeta in un testo accademico di cui mi sono servito per questa mia conversazione). La natura degli uomini è, per Kierkegaard, soffrire: fisicamente e psichicamente senza che tante volte ne siano loro stessi responsabili, come avviene nella tragedia greca, nella quale ci viene presentata una dimensione estetica del dolore. (Con l’arrivo del cristianesimo si produce una svolta, poiché appare l’idea di “peccato originale” e con ciò la colpa, entrando nel terreno dell’etica).

Un altro concetto molto interessante del pensiero del filosofo danese è il suo credere che la vita è contraddizione e che questa è appunto una delle ragioni che provocano quella sofferenza sempre presente nell’essere umano.

È importante anche il concetto che la sofferenza tante volte diventa un elemento chiave che separa un individuo dal comune e lo rende un genio o un artista. Nella sofferenza vi è, nascosto, il segreto di tante personalità grandiose.

Nel suo libro *Il concetto dell'angoscia*, del 1844, vi sono i punti che sintetizzano il pensiero di Kierkegaard sulla sofferenza: primo, la compatibilità con la felicità; secondo: il suo rapporto con il destino umano; e terzo: l’interrogativo sui dolori della divinità. Questo ultimo punto si trova pienamente nella sfera religiosa, che è, secondo Kierkegaard, il luogo in cui matura la sofferenza. L’interiorità umana si forgia a partire dal dolore.

“In ultima analisi, per chi si avvicina a Kierkegaard, il punto che esige una presa di posizione è l’opzione fra l’assumere la sofferenza come una tragedia o come una teofania, e questo è qualcosa di molto arduo persino per i credenti più affermati”. Con questa frase conclude Larrañeta il suo articolo su Kierkegaard, e io faccio lo stesso in questa conversazione che abbiamo condiviso.

*Per il dizionario Treccani, della lingua italiana: **rassegnazione** /ras:epa'tsjone/ s. f. [der. di rassegnare]. - [disposizione ad accogliere senza reagire fatti che appaiono]

*inevitabili: soffrire con santa, eroica r.] ≈ (non com.) rassegnazione, sottomissione. ↓
(lett.) longanimità, pazienza. || acquiescenza, arrendevolezza, sopportazione. ↔
combattività, resistenza, ribellione.*