

10 OTTOBRE 2011

In occasione della *Giornata Mondiale della Salute mentale* che ogni anno si celebra il 10 ottobre, voglio anch'io rendermi presente, a nome della Chiesa milanese e mio personale, per esprimere intensa vicinanza alle persone che soffrono di un disagio psichico, ai loro familiari e a tutti gli operatori, amministratori e volontari impegnati ad alleviare tale sofferenza.

Guariti dal sogno della invulnerabilità

L'esperienza della malattia mentale è una prova lacerante. E non solo quando siamo noi ad essere toccati nella nostra carne e nel nostro spirito dall'infermità. Ma anche quando la malattia riguarda chi ci è vicino. Lo sanno bene i familiari e gli operatori chiamati ad affrontare il disagio psichico. Tuttavia Dio che è Padre non ci abbandona neppure in questo doloroso caso.

Dice a questo proposito il teologo svizzero Hans Urs von Balthasar: «*Tu ci guarisci mentre ci ferisci. Ci guarisci dal sogno della totalità, dall'epidemia della invulnerabilità*»¹. Queste parole molto forti esprimono bene come dinanzi a quanti soffrono di disagio psichico ognuno di noi è guarito dalla pretesa di essere invulnerabile, dall'illusione di essere in grado di comprendere pienamente l'altro e la sua situazione. Se viviamo un'autentica prossimità il disagio psichico ci provoca in modo radicale.

Il rischio della libertà: il riconoscimento

Come vivere allora questa inevitabile e benefica provocazione che genera in noi l'incontro con i nostri fratelli malati?

Essa mette in campo la nostra libertà, chiamata ad una alternativa: accettare il cambiamento oppure difendersi da esso. Per cambiare bisogna, più che mai di fronte alla malattia psichica, accogliere.

La modalità primaria dell'accoglienza, che esprime il nostro *essere in relazione*, si chiama *riconoscimento*: *riconoscere* l'altro e chiedergli, a sua volta, di *riconoscerci* per la singolarità del volto umano che ci contraddistingue ed allo stesso tempo ci mette in relazione.

Il *riconoscimento*, quale via d'accesso al nostro stesso essere persona, è un bene primario, quel bene umano che è condizione di possibilità d'ogni altro bene umano in quanto umano. L'attesa fondamentale della persona è quella di valere qualcosa per qualcuno.

Dal punto di vista della vita sociale potremmo dire che la radice antropologica della *societas* consiste nel riconoscere il dato che l'individuo non è mai pensabile se non in relazione. Quando ci si chiude persuasi di poter bastare a se stessi, quando si crede di non aver bisogno del *riconoscimento* dell'altro, allora si rischia, più che di vivere, di sopravvivere. Sono temi che la diocesi ambrosiana ha affrontato nel celebre convegno "*Farsi prossimo*" di cui quest'anno ricorre il 25° anniversario.

Lasciarsi interpellare da chi soffre di un disagio psichico non è per nulla scontato. Dare voce a chi non ha voce scaturisce dalla consapevolezza che i malati mentali non riescono a farsi sentire né a richiamare la nostra attenzione. Non solo non attirano volontari disponibili a dedicare loro parte del proprio tempo, ma spesso non vogliono farsi neppure raggiungere. L'invito è allora quello di sostenere le loro famiglie con un rapporto di prossimità sul quale essi possano fare affidamento.

Persistono invece molteplici resistenze ad aprire le porte delle nostre comunità a persone con malattia mentale. Se va bene si organizza qualcosa per loro, ma non si sceglie di *stare con* loro e di fare qualcosa *con* loro. È una sfida al nostro modo di pensare e al nostro modo di vivere. Nonostante i passi fatti è necessaria un'educazione permanente alla carità che sappia avviare cambiamenti profondi di mentalità e di prassi, come, ad esempio, l'educare sé e le proprie comunità al saper mettere al centro le persone e in secondo piano le cose, l'organizzazione, l'efficienza.

A coloro che soffrono un disagio psichico si dedicano per lo più solo le persone direttamente toccate, i familiari o gli operatori sociosanitari: vi è una *scarsa sensibilità* a lasciarsi coinvolgere. Più famiglie potrebbero testimoniare il senso di abbandono che hanno vissuto, quando all'improvviso si è manifestata al

¹ H. U. VON BALTHASAR, *Il chicco di grano. Aforismi*, Milano 1994, 124.

loro interno una malattia mentale: tanti sfuggono, imbarazzati dal non saper più cosa dire o cosa fare. E così vengono meno i propositi di vicinanza per sostenere chi è nel bisogno. Riteniamo l'altro inguaribile e quindi incurabile e lasciamo passivamente andare alla deriva sociale chi si aspettava qualche gesto di riconoscimento e cura da parte nostra. È invece necessario attivare relazioni creative capaci di accogliere e valorizzare la ricchezza che queste persone, pur malate, portano con sé e ricalibrare il ritmo delle nostre comunità a partire anche dalle loro esigenze, così da facilitarne anche la partecipazione alla vita sociale.

Mi rivolgo qui alle persone che non hanno competenze cliniche, perché non rischino di credere che l'unico principio della cura, anche per la malattia mentale, risieda nella diagnosi e nella relativa terapia: il principio della cura infatti implica anzitutto un accompagnamento carico di amore. Facciamo nostro l'esempio di Gesù che, davanti alla sofferenza, non ne ha dato una definizione, ma si è fatto prossimo alla persona sofferente. L'ha condivisa. È questo che ci è chiesto: lo stare accanto a chi soffre un disagio psichico per condividere la sofferenza, sua e della sua famiglia, nella consapevolezza che i sintomi possono regredire, ma spesso la malattia resta. E questa vicinanza è possibile quando si è animati da una speranza profonda, non solo nella guarigione, ma anzitutto in una migliore qualità di vita nella quale l'altro possa condurre in piena dignità la propria esistenza, anche se malata. Mai la persona deve essere ridotta alla sua malattia. Da questa vicinanza passa quel bene primario che è il *riconoscimento*, fonte di speranza che cambia la vita.

Siamo chiamati ad avere il coraggio di accettare la sfida che il riconoscimento di chi soffre un disagio mentale ci pone, perché l'altro non si percepisca solo e abbandonato a se stesso proprio a causa della sua malattia. Operatori e volontari impegnati in questo campo fanno bene come l'insorgere dei primi sintomi nella persona cara possa essere accompagnato da un ritirarsi dal contesto sociale, e anche ecclesiale, da parte dei familiari. Spesso si sentono in colpa o responsabili di quanto accaduto, ritiro a volte seguito da una speranza spesso irrealistica di poter guarire il malato. Alle ricadute e alla percezione che anche i migliori farmaci non possono miracolosamente annullare una malattia che potrebbe accompagnarli per tutta la vita, può seguire la fase della disperazione, della perdita di fiducia nei medici e negli operatori, in se stessi e negli altri.

Vorrei inoltre richiamare un'importante verità: la domanda di salute è sempre domanda di salvezza. Questo dato è però, oggi più che mai, ostacolato dalla convinzione dominante che ogni tipo di sofferenza debba essere relegato all'ambito medico-sanitario, lontano dalla vita quotidiana. Non si parla più del dolore e della morte e questo ci rende sempre più impreparati a fare fronte a momenti della vita che tutti, chi prima chi dopo, dovremo affrontare. Occorre imparare, anzi occorre re-imparare ad ascoltare la domanda di salvezza di chi soffre, a partire dalla sofferenza che ciascuno di noi porta dentro di sé, prendendo contatto con le nostre ferite invece che tentare vanamente di allontanarle nell'illusione di poterle eliminare. Il prendere contatto con la propria sofferenza sarà allora la porta di ingresso per potersi avvicinare all'altro che soffre con quella delicatezza che solo chi ha vissuto un'esperienza simile può esprimere.

Infine chi ha responsabilità istituzionali è chiamato ad attivare interventi di prevenzione e di promozione di politiche di inclusione sociale per queste persone, per facilitarne l'accesso all'istruzione, alla formazione, agli alloggi e all'occupazione. Sebbene infatti il benessere mentale sia riconosciuto come un componente essenziale della salute e della qualità della vita, necessario per la capacità di apprendere, lavorare e contribuire alla vita sociale, coloro che ne soffrono sono ancora troppo spesso stigmatizzati, esclusi, discriminati.

La Famiglia: il lavoro e la festa e la salute mentale

Più volte abbiamo ricordato che prendersi cura della persona con disagio psichico significa prendersi cura anche della sua famiglia. Per questo vorrei dedicare alcune righe all'evento che avrà luogo a Milano nei prossimi mesi, dal 30 maggio al 3 giugno 2012, il *VII Incontro Mondiale delle Famiglie, "La Famiglia: il lavoro e la festa"*. Tale evento dovrebbe costituire l'occasione per riflettere sulla dimensione della famiglia, sulla sua capacità di abitare lo spazio "sociale" tramite il lavoro e di vivere il "tempo" umano del riposo e della festa. Se pensiamo però alle famiglie che vivono al loro interno una situazione di malattia mentale, appare con acuta evidenza la separatezza esistente tra società e famiglia, spesso relegata alla sola sfera privata. Come è possibile partecipare alla vita sociale per persone che non riescono a trovare alcun lavoro perché psichicamente fragili o che cosa significa vivere il tempo libero per familiari che debbono dedicare ogni momento della propria vita alla cura dei propri cari?

Il *VII Incontro Mondiale*, come ci ha ricordato il Cardinal Dionigi Tettamanzi, potrà favorire la riflessione e gli spazi di incontro, per includervi anche le famiglie con un sofferente psichico. La famiglia infatti costituisce l'ambito fondamentale per imparare il valore dell'accompagnamento, della fiducia nell'altro, della gratuità della relazione, del saper spendere tempo senza attendersi alcunché in cambio. E nella nostra società, pur tra molteplici e crescenti difficoltà, fra i vari membri della famiglia e fra le generazioni intercorre ancora una fitta rete di scambi, di cure reciproche, di carità e solidarietà che vanno alimentate e sostenute.

Lo vediamo bene nella Vergine Maria e in San Giuseppe che accompagnarono ed educarono Gesù nel suo percorso di crescita. Affido alla Sacra Famiglia il Vostro sofferto ma fecondo cammino. Vi benedico

+ Angelo Card. Scola
Arcivescovo di Milano