

Spezzarsi la vita

Antonio Loperfido

Affrontando il tema del perché una persona, ad un certo punto del cammino della propria vita decide di spezzarla, di porre fine alla propria esistenza, cercherò di proporre, alcuni spunti di riflessione sul perché ci sentiamo afflitti o turbati da quest'evento, comportandoci diversamente da coloro che, come diceva il filosofo Pascal: " non avendo potuto guarire la morte, la miseria, l'ignoranza, hanno risolto per vivere felici di non pensarci".

E' cosa risaputa che l'impatto sociale e psicologico del suicidio sulla famiglia e sulla comunità è incommensurabile. Mediamente un solo suicidio colpirà emotivamente e in maniera profonda almeno sei altre persone. Se esso si verifica in una scuola o in un posto di lavoro, avrà un simile impatto su centinaia di persone.

Anche se importanti, volutamente non illustrerò numeri, dati statistici, risultati di ricerche sul suicidio, ma prevalentemente elementi di analisi, fattori, situazioni esterne alla persona che possano aver provocato il gesto suicidario ed elementi interni, psicologici, che hanno generato nella stessa dolore, sofferenza, disorientamento.

Inoltre, non mi soffermerò a tracciare un identikit del suicida ma, paradossalmente, cercherò di proporre alla vostra attenzione i messaggi di vita nascosti dietro la morte, i messaggi di vita, i sogni, i desideri, il modo di intendere le relazioni umane di chi non è riuscito a svincolarsi dalle trappole del dolore, dalle difficoltà insite nell'esistenza stessa, di chi ha fermato lo sguardo sulle oscure nuvole provocate dalla sofferenza non riuscendo più a vedere oltre.

Ogni accurata considerazione della vita comporta delle riflessioni sulla morte, e il confronto con la realtà significa scontrarsi con la mortalità. Ogni vivente non arriva mai ad afferrare pienamente la vita fino a quando non lotta con la morte.

La morte e l'addio, in certe circostanze, sono sinonimi: per venire al mondo si deve abbandonare il ventre materno; per essere soggetti autonomi si deve lacerare il cordone ombelicale. La si trova in fasi successive: per fare il primo passo, ad esempio; o il primo giorno di scuola materna od elementare; in occasione del primo innamoramento; quando devi abbandonare il tuo paese d'origine per ragioni di lavoro o di studi; quando ti devi presentare al concorso o al lavoro; quando decidi di sposarti, di essere padre o madre; quando diventi nonno, quando devi lasciare per sempre il proprio lavoro e o quegli incarichi che avevano dato senso, colore e motivazione all'esistenza.

Anche il sognatore muore nei suoi sogni. Ancora, muoiono dei congiunti; vengono perdute posizioni che non saranno mai più guadagnate; vi è la morte di alcuni modi di essere, di alcuni aspetti della personalità.

Per alcuni ogni separazione equivale alla morte, da qui la frase, molto spesso usata: "partire è come morire". E' sempre, comunque, un addio, un addio a qualcuno o a qualcosa per un nuovo qualcuno o qualcosa: niente è mai come prima, è tutto un fluire di vita e di morte, è tutto un alternarsi di stagioni, dalla primavera all'inverno, dalla vita alla morte.

La morte compare con lo scopo di consentire la trasformazione. Anche nei trapianti d'organo si assiste a come la morte di qualcuno dà la vita ad un altro. Il paradosso di questa pratica, molto spesso, consiste nel mascherare l'orrore della morte rendendola feconda.

La forza creatrice uccide mentre produce il nuovo. Tutte le confusioni ed i disordini chiamati nevrosi possono essere visti come un combattimento tra la vita e la morte in cui gli attori sono mascherati. Ciò che il nevrotico chiama morte, soprattutto a causa del suo aspetto oscuro e ignoto, è una nuova vita che tenta di penetrare nella coscienza.

La vita è crescita, la vita è rinnovamento che richiede sacrificio, impegno, è morte di qualcosa per qualcos'altro. Qualcosa deve cedere e si deve cedere, e in questo dover cedere che si cela la frustrazione, la delusione, la rabbia. Molto spesso non si vorrebbe cedere nulla, si vorrebbe avere e basta; cedere viene visto come segno di debolezza, di accondiscendenza, di sottomissione ed a volte di fallimento.

Invece è necessario rendersi conto che l'uomo non ha scampo: se vuole vivere, deve convivere con la morte, con la rinuncia a qualcosa per qualcos'altro: vivere è un continuo scegliere, decidere, e queste decisioni, spesso, pur essendo portatrici di dolore sono quelle che fanno capire il senso della vita e della felicità. Il dolore e la felicità si potrebbero paragonare ai poli di una bussola che, come tali, orientano la persona a navigare nel mare della vita. Paradossalmente è la morte che fa capire l'importanza della vita, come il dolore fa capire la bellezza della gioia, come la malattia fa scoprire il valore della salute. Ogni persona, per vivere, deve continuamente reinventarsi.

Anche se la morte viene considerata fatto ordinario dell'esistenza chi vive la sente come estranea, tende a non riconoscerla come sua e perciò, inevitabilmente, la vive come nemica, la teme, ne ha paura.

Il modo primo e originario con cui ogni persona fa esperienza della morte è la morte dell'altro: è lì che l'uomo incontra la morte per la prima volta. E' nella morte di qualcuno, o nella storia di una morte che i viventi incontrano la mortalità dell'uomo. E quello che nella morte dell'altro in generale inquieta non è tanto la sua morte o la violenza esercitata su se stesso per morire, quanto la nostra morte che lui ci annuncia o il timore che anche noi possiamo essere dei potenziali suicidi.

Il problema della morte e di come si affrontano le difficoltà della vita sono posti in modo estremamente vivido nel suicidio.

L'esperienza del suicidio presuppone la persona che soffre. Quando il dolore è forte, annulla la persona, e con la sparizione della persona cessa anche il dolore.

Il suicidio è il problema più preoccupante della vita.

Parlare di suicidio, del perché una persona, giovane od anziano che sia, decida di porre fine alla propria esistenza, di spezzare il filo della vita, è sempre difficile, almeno per me, perché ho il timore che si rischi di dare voce alla morte, al mistero, di dar voce al tempo del silenzio, al luogo del silenzio e della riflessione interiore.

Il dolore muto che provoca il gesto suicidario frequentemente rivela la vanità delle parole di fronte ad un evento che non si può dominare, che fa parte della storia dell'uomo e dell'umanità e che, spesso, se non quasi sempre, può sembrare assurdo.

Di fronte ad una vita improvvisamente spezzata spesso si addensa uno stuolo di voci, un nugolo di parole, considerazioni, esclamazioni, stupori: tutto, spesso, nella benevole intenzione di capire, aiutare, almeno di "sollevare il morale" proprio ed altrui. Oggi la morte diventa argomento di spettacolo televisivo, la sofferenza diventa spettacolo di dominio pubblico. Intere trasmissioni radiofoniche, per giorni e giorni, vengono dedicate ad episodi di violenza esercitata da alcuni o su se stessa o verso gli altri. La morte di qualcuno diventa audiens e quindi consumo e quindi banalità. Tra uno spot pubblicitario e l'altro perdono di

significato il senso della vita e della morte, quel senso che ciascuno è chiamato a trovare nella riflessione personale, nel silenzio, nella solitudine; situazioni, queste, viste oggi con paura, con perplessità, con ansia, in quanto si preferirebbe trovare la felicità già confezionata, di facile accesso, magari la felicità in compresse da assumere tre volte al giorno come un qualunque trattamento farmacologico. Zanussi, il grande regista polacco, si lamentava che nella società occidentale si fosse perduto il senso della drammaticità della vita umana, la visione tragica della nostra esistenza sul pianeta. Il rischio, affermava il regista polacco, è di diventare superficiali, di creare una cultura superficiale, anche se gradevole. In fondo, una cultura anestetizzante, che rende l'individuo incapace di cogliere i grandi valori e i grandi problemi e di impegnarsi in essi.

Chi lavora nel campo della salute mentale sa che la morte per suicidio di una persona dà origine a una grande quantità di interrogativi, che riguardano non solo tutti i fatti e gli avvenimenti precedenti l'atto ma anche le sue condizioni psicologiche, i suoi drammi interni, i suoi conflitti e le sue frustrazioni. Riguardano, anche, i familiari, le persone care che mai potranno avere una risposta certa sul perché il loro congiunto ha deciso di togliersi la vita; si potranno fare delle ipotesi, più o meno vicine alla verità; qualcuno, forse più fortunato degli altri, avrà trovato in uno scritto i motivi del gesto, ma quasi certamente, per molti, rimarrà il tarlo del perché. La scoperta del cadavere di una persona cara che si è tolta la vita, specie di giovane età, è un fatto definitivo, terribile, dal quale i superstiti non si libereranno mai: i loro pensieri sino all'ultimo giorno della loro esistenza correranno alle immagini, ai ricordi, alle parole, alle cose di chi li ha straziati con una scelta senza ritorno. Il tempo può creare spazi ristoratori al martellamento incessante, ma non concedere il beneficio dell'oblio. Poiché è inutile dimenticare, non resta altro che darsene una ragione, accettare la tragedia, trovare le risorse per andare avanti e non permettere che una vita spezzata crei altre vittime.

A questo proposito ricordo che circa vent'anni fa, quando intervistammo i familiari di 75 suicidi avvenuti nella provincia di Pordenone, molti di essi cercavano delle risposte ai tanti perché, chiedevano a noi, alla scienza, agli esperti di rispondere alle loro domande lasciate aperte dalla morte del familiare, morte che già di per se è ha la caratteristica di essere inattesa ed inaspettata ma che lo diventa ancor più con il suicidio. Morte che fa morire tutto quello che si sarebbe potuto vivere con lui o con lei: difatti non muore solo l'altro ma anche un universo di possibilità, un intero mondo che precipita nel nulla.

E questo, in chi rimane, genera spesso rabbia, una rabbia che, molte volte, non si può esprimere, una rabbia generata dalla delusione di essere lasciati improvvisamente soli a navigare nel mare della vita, una rabbia generata dall'essere messi di fronte all'evento più misterioso e grande dell'esistenza. Il suicidio mentre sembra mirare esclusivamente alla distruzione dell'io è anche un atto di aggressività contro altri. Esso non è solo un gesto di violenza nei propri confronti ma, volontariamente od inconsapevolmente, lo è anche nei confronti di chi continua a vivere. I superstiti si sentono in colpa per non essere stati capaci di cogliere il "grido d'aiuto" del loro familiare o del loro amico in difficoltà; si sentono persone non altamente significative ed importanti per il suicida perché pensano che, se lo fossero stati, non si sarebbe ammazzato: pensano che il loro familiare, venutosi a trovare in una situazione di scelta tra loro e la morte, ha preferito la morte. E se alla morte, come ho detto in precedenza, solitamente viene data una valenza fortemente negativa, una connotazione ancor più negativa la attribuiscono a se stessi i familiari del suicida.

Chi rimane, a volte, si considera peggiore della morte; lui, l'uomo, fa più paura della morte.

Nel corso dei secoli, sacerdoti, poeti, filosofi hanno riflettuto, meditato sul suicidio, oggi è sempre più oggetto di studi scientifici, oggetto di studi della sociologia, della psicologia e della psichiatria, di quelle discipline delegate alla comprensione dell'uomo.

Il suicidio pare essere un problema essenzialmente umano. Qualsiasi animale può morire di malattia e può essere distrutto intenzionalmente o accidentalmente da un agente esterno. Si sa, è vero, di taluni animali che in certe circostanze si sono comportati in un modo che ha poi portato alla loro morte, ma non esiste prova che a questo comportamento sia associato il desiderio di morire. Un comportamento autodistruttivo non associato all'idea di morte non è suicidio.

L'uomo, invece, può desiderare, volere la propria morte e uccidersi.

Se la vita gli è stata donata, se non è stato lui a decidere di nascere, lui, l'uomo, ad un certo momento della propria esistenza, riflette sulla morte, si avvicina a lei con i propri pensieri, scopre che la vita e la morte sono le due facce di una stessa medaglia, scopre che può scegliere di morire.

Con una certa frequenza, nel mio lavoro, vengo rimproverato dai pazienti che vorrebbero morire, che desiderano suicidarsi; mi accusano di essere colui che, insieme a persona a loro cara, gli toglie l'unica libertà che, in quel momento della loro vita, sentono di possedere: la libertà di morire.

Mi accusano di essere cattivo perchè non li lascio morire, perchè li frustro nel loro desiderio di morte; perchè, chiedendo a loro di vivere, di ricercare delle soluzioni alle difficoltà che li assillano, permetto al loro dolore, alle loro sofferenze di impossessarsi della loro vita, perchè, per loro, vivere significa vivere governati dal dolore, dall'angoscia, da laceranti turbamenti interni.

Molto spesso si afferma che il suicidio risulta essere un gesto incomprensibile, gesto che potrebbe essere spiegato solamente da chi l'ha compiuto, ma che non c'è più. Allora si fa ricorso alla scienza, in modo tale che attraverso essa si cerchi di trovare il senso a quella scelta.

La scienza, allora, dovrebbe trovare delle risposte ad un gesto che, spesso, viene definito "assurdo", assurdo perchè tronca una vita in maniera violenta, inaspettata, taglia il filo di una vita in corso; un gesto in cui la vita tradisce se stessa, in cui la vita fallisce.

Nel suicidio del giovane si avverte ancora di più il fallimento della vita. In esso lo scandalo della morte si manifesta più violentemente perchè il giovane è "promessa di vita", il giovane è futuro, progetto, bellezza; il giovane è salute fisica, creatività, sogno, coraggio, temerarietà. Nella morte del giovane fa rabbia la percezione del futuro mancato, delle possibilità spezzate.

Diversamente, per un adulto o per un anziano, si può trovare una giustificazione, un senso, un'autorassicurazione; forse è più facile farsene una ragione dicendo che in fondo la sua vita l'aveva in parte vissuta e che, probabilmente, è stato il peso della stessa vita a portarlo alla morte. Nella morte dell'adulto si percepisce meno il tradimento della vita verso se stessa, l'infedeltà a se stessa, perchè il benessere si è già incrinato, perchè spesso si è fatta l'esperienza del dolore, perchè almeno una parte della vita è stata vissuta.

Per quello che ci è dato di sapere, specialmente da parte di chi ha tentato il suicidio, desiderare la morte, a volte, appare come l'unica via d'uscita ad una serie di difficoltà che non lasciano intravedere nessuna buona soluzione.

Quando cerchiamo una soluzione ai problemi ci sentiamo sollevati nel momento in cui questa la percepiamo adeguata alla situazione che stiamo vivendo, cioè quando la soluzione allenta la condizione di tensione e provoca un benessere interiore.

E' una regola della vita quella di trovare continue soluzioni ai problemi, da quelli semplici a quelli complessi, in un continuo alternarsi di domande e risposte . Spesso, a rendere una persona confusa, amareggiata, triste, sconsolata, non è solamente il problema ma anche la difficoltà a trovare una risposta adeguata ad esso, quando si accorge che i vari tentativi di soluzione sono diventati essi stessi un problema, facendo perdere di vista la difficoltà iniziale.

Nelle persone che si suicidano molto spesso la morte si presenta, alla fine dei vari tentativi, come il gesto risolutore. Questa decisione presa, il pensiero di questa scelta, provoca in loro una condizione di pace psicologica, di quiete affettiva, la fine dei turbamenti, uno stato d'animo che da tempo non vivevano e che li conferma nella giustezza della decisione, come se il mare in tempesta avesse lasciato lo spazio alla bonaccia.

La morte, allora, arriva improvvisa per gli altri e non per chi decide di procurarsela. Per molti suicidi il gesto è l'atto finale di un cammino con la morte lungo e doloroso. Quando una persona decide di morire vuol dire che essa ha conversato da diverso tempo con la morte, l'ha interrogata, l'ha valutata a tal punto da vederla come liberatrice , portatrice di benessere interiore, come colei che libera dall'angoscia e dal dolore, come colei che libera dalla rabbia di vivere, come colei che libera dal peso della vita o di sentirsi un peso.

Il senso di essere un peso è già tanto forte in molti che commettono suicidio che spesso l'atto viene compiuto, paradossalmente, altruisticamente, per alleviare il fardello degli altri: è come se dicessero: "morte mia, vita tua". **Si può scegliere di rimanere in vita per gli altri, si può decidere di morire per gli altri.** L'assoluta convinzione che la morte è la scelta più giusta li porta, molto spesso, a non considerare la ricaduta che il loro gesto avrà su chi rimarrà in vita. Sempre dai racconti di chi ha tentato il suicidio si evince come essi , molto spesso, si pongono in una posizione prioritaria, egoistica, pensando che la morte risolverà non solo i propri problemi ma anche quelli dei parenti più prossimi.

Ci sono, poi, le scelte di morte per vendetta potremmo dire, per far sentire in colpa chi non è stato in grado di amarlo, chi l'ha tradito nei sentimenti, chi l'ha offeso ed umiliato continuamente nella dignità di persona.

Molto spesso chi ha scelto di morire, paradossalmente, ha desiderato molto vivere, ma si è sentito fortemente frustrato, deluso ed amareggiato in questo suo "esagerato" desiderio di vivere, di superare gli ostacoli dell'esistenza, di far fronte al dolore ed all'angoscia. Si può scegliere di morire anche per aver desiderato troppo dalla vita in generale e dalle persone in particolare. Si può scegliere di morire perchè non si è riusciti a trovare in terra il paradiso. Attese troppo elevate provocano molte frustrazioni e delusioni, per questo sarebbe saggio ed opportuno che si imparasse ad accettare le persone per come sono e la vita per quella che è. Anche dell'amore, spesso, si dice la stessa cosa, cioè che il troppo amore uccide, soffoca, inibisce, impedisce di realizzarsi, di crescere; anche all'amore, quando è esagerato, gli si dà una connotazione negativa, una valenza distruttiva:

il troppo amore uccide oppure ci si può uccidere per mancanza d'amore.

Diversi tentativi di suicidio, per esempio, vengono effettuati a seguito di delusioni affettive. E' come se senza il proprio amato o la propria amata risultasse impossibile vivere. Essere abbandonati nella solitudine affettiva è come non sentirsi più importanti per qualcuno, per nessuno; è come percepire il silenzio del cuore, il suo disorientamento, è come percepire il buio della vita. Quando una persona viene amata si sente di dar vita alla vita; alla vita gli viene dato un senso, alla vita gli vengono affidati progetti, sogni, aspirazioni; quando una persona si sente amata, accettata, valorizzata riesce a dare la stessa vita ad altrettante persone e cose. Questo desiderio di essere amati, molto spesso, se non quasi sempre, viaggia col desiderio che sia un amore eterno, indistruttibile, incorruttibile. Difficilmente si accetta l'idea

che un amore potrebbe anche finire perchè è pensiero diffuso, è opinione comune, che il vero amore non finisce mai , perchè, diversamente, se l'amore finisce o se può finire allora vuol dire che non è vero amore.

Ma decidere di far finire un'amore, o accettare la fine di una storia d'amore, può essere anche una scelta di vita, scelta dolorosa ma sempre scelta per continuare a dare un senso alla vita, scelta coraggiosa perchè per vivere e continuare ad amare ci vuole coraggio, impegno e desiderio di ricominciare.

Non è possibile vivere bene se si sceglie di vivere perchè spaventati dalla morte, diversamente si sceglierebbe la morte perchè spaventati dalla vita.

Il problema del suicidio solleva queste questioni, sollecita ogni persona a definirsi rispetto all'amore, alla vita, al suo essere o non essere Shakespeariano.

Il coraggio di essere non significa scegliere la vita e basta.

La scelta reale è scegliere completamente se stessi, la propria verità individuale.

Oggi, quando si parla di suicidio si afferma che è la conseguenza di un possibile vuoto esistenziale che stanno attraversando non solo gli adulti ma specialmente i giovani. A questo vuoto si danno diversi significati,

a) **IL VUOTO DELL'IGNOTO**, "Vuoto" inteso come disagio, sofferenza che si prova quando ci si trova di fronte all'impossibilità di sapere, di conoscere cosa accadrà o cosa potrebbe accadere dopo aver fatto una scelta importante, vuoto inteso come l'impossibilità di percepire il futuro, di non immaginare i passi, le tappe per il raggiungimento di un obiettivo. E quando manca la percezione del futuro è assente anche la capacità di desiderare, muore anche il desiderio di cambiare, di conquistare, di impegnarsi in qualcosa che merita il proprio tempo, la propria esistenza.

Più gli aspetti della vita sono nuovi, sconosciuti, non sperimentati, articolati e complessi, maggiore è il "Vuoto" che si prova.

MENO SONO LE CERTEZZE MAGGIORI SONO LE SENSAZIONI DI VUOTO.

b) vuoto creato dal vortice dei cambiamenti. La nostra società sta diventando sempre più complessa ed articolata, dove per complesso ed articolato si intende che il prodotto del lavoro dell'uomo, particolarmente le tecnologie, le intelligenze artificiali, i computer, l'alta tecnologia, le realtà virtuali, richiedono allo stesso creatore tempi e ritmi che non gli appartengono.

Più le proposte di cambiamento diventano come le proposte commerciali, prodotti che diventano già vecchi non appena arrivano sul mercato, maggiore è il "vuoto", lo smarrimento che si provoca nella persona. I tempi di crescita e di cambiamento dell'uomo non sono quelli imposti ai prodotti commerciali. Oggi ci troviamo di fronte ad un uomo del tempo presente anche se geneticamente è ancora quello del passato.

Le dinamiche sociali ed i cambiamenti culturali sono sempre più accelerate rispetto ai cambiamenti biologici dell'uomo, generando in questo modo conflitti al suo interno tanto maggiori quanto maggiori sono i cambiamenti culturali. Nello studio e nella comprensione dei

comportamenti dell'uomo non è possibile fare a meno di tenere in debito conto anche la sua componente biologica.

c) sempre a proposito del concetto di "vuoto", il filosofo veneziano Emanuele Severino afferma:

" viviamo un momento pericoloso perché stiamo abbandonando la tradizione occidentale. Ci troviamo, però, in una situazione in cui il nuovo padrone, cioè l'organizzazione razional- tecnologica della società non ha ancora fatto le ossa. Siamo in quel frangente in cui i trapezisti del circo si lasciano e non sono ancora presi da quelli che provengono dall'altra parte. C'è, per la verità, il trapezista pronto a prendere la nostra società che è la razionalità scientifica- tecnologica, ma noi viviamo nel momento intermedio, ed è quello più pericoloso, in cui si può cadere".

d) vuoto di valori . I valori chiedono alla persona di impegnarsi a cercarli tramite le proprie capacità e doti personali. Quando si parla di valori si parla in generale dell'atteggiamento che ciascuno assume nei confronti dell'esistenza, in particolare della responsabilità che prende di fronte ad essa e del senso che intende dare alla propria esistenza. Oggi molte persone , di ogni età, accusano una mancanza di contenuto e di scopo nella vita, si sentono annoiati ed apatici, si sentono incapaci di avere un qualche interesse, incapaci a prendere una qualche iniziativa, sono in attesa di essere determinati da qualcuno, che qualcuno dia a loro un senso

Questa incapacità, molto spesso nasce dal fatto che, almeno oggi, nell'era della società del benessere, molti soffrono per carenza di sfide, di sfide sane, più che per un loro eccesso. In molte di queste insane sfide si intravede un desiderio di morte. Pazze corse in auto, dopo aver trascorso la notte nelle discoteche e nei night; i giovani che si sdraiano sulle rotaie per sfidare il treno in corsa o che si stendono nel centro di un'autostrada per sentire il brivido dello sfrecciare rasente dei copertoni, o, sempre in autostrada, a bordo di fuoriserie marciano in contromano a forte velocità; i temerari della roulette russa o della danza tra fuochi. Il disprezzo per la vita potrebbe essere una non dichiarata volontà di morte. C'è dunque poca differenza tra il giovane che inconsapevolmente si uccide con una corsa dissennata in auto, dopo essersi stordito con crack, alcool, musica assordante per tutta la notte ed il giovane che consapevolmente si uccide dirigendo l'auto contro un ostacolo.

e) vuoto generato dall'assenza di ruolo. Per l'adulto, l'età più critica è quella del pensionamento. Molti maschi, in particolare, decidono di porre fine all'esistenza perché il loro essere nel mondo era funzionale al lavoro ed al guadagno. Il lavoro rappresentava la stessa vita, ritmava le stagioni dell'esistenza. Senza di esso si sono sentiti insignificanti, inutili, inesistenti. Da qui l'importanza di riuscire a crearsi dei ruoli sociali, oltre il lavoro, ad ogni età. Il bisogno di affiliazione, di appartenere a qualcuno od a qualcosa è fondamentale e vitale per ogni persona in ogni fase della vita; l'altro, gli altri ci fanno sentire vivi, utili ed importanti; l'altro, gli altri ci fanno capire che vale la pena vivere per qualcosa e per qualcuno.

Avviandomi a concludere questo mio intervento e riassumendo si può dire che il suicidio è un gesto che può coinvolgere sia il mondo degli adulti che quello giovanile. Le due realtà non sono due mondi inscindibili, ma l'uno è la continuazione dell'altro ed a volte l'uno è lo specchio dell'altro e per comprendere l'uno è necessario capire anche l'altro.

Genitori e figli, giovani e adulti sono un'unica realtà complessa, parti di un corpo unico, parti che, continuamente, si influenzano reciprocamente. Qualunque intervento in uno o più parti provocherà necessariamente una modificazione anche nelle altre.

A questi due mondi va aggiunta una terza realtà, quella sociale, che a sua volta li influenza entrambi.

Molto spesso, quando accade qualcosa, che qualcuno ammazzi il proprio figlio, il proprio padre o la madre od il fratello, la propria fidanzata o che si droghi o che lancia i sassi dai cavalcavia dell'autostrada o che si trovi in una condizione di estrema frustrazione, si tende ad incolpare uno dei tre elementi, i figli, i genitori, la società. Ma incolpare qualcuno e basta non significa capire per porre rimedio ma, a volte, unicamente per mettere a posto la propria coscienza, per mettere fuori di sé il male, per assicurarsi che questi gesti possono farli solo gli altri, per allontanare da sé quell'idea di morte, di autosoppressione che, forse, almeno una volta nella vita ha accarezzato la mente di ogni persona.

E' doloroso per ciascuno di noi ammettere di aver desiderato morire, ammettere che in un momento particolare della nostra esistenza abbiamo visto la morte come unica via d'uscita ad un dolore insopportabile, ad una situazione che si presentava alla nostra mente ed al nostro cuore, senza via d'uscita. Anche i bambini, a volte, desiderano morire, sono tanto tristi da pensare alla morte come unica via di scampo alla propria tristezza. In generale, l'autosoppressione viene vista, in quel momento da chi la medita, come la risposta più appropriata al bisogno di sollievo in rapporto ad uno stato d'animo intollerabile, alla necessità di fuggire da una situazione ritenuta insopportabile, alla necessità di far capire alle persone che vivono nella sua rete sociale, quanto egli è disperato, a volte anche fortemente adirato nei confronti di un amico, di un familiare, di un adulto per lui molto significativo affettivamente o quanto sia adirato nei propri confronti.

Se per l'adulto la crisi d'identità è soprattutto legata all'angoscia di perdere ciò che si è stati (nel lavoro, nella società, in famiglia), per l'adolescente un elemento generatore di sofferenza è collegato all'approfondirsi del divario tra il non sapere chi si è e la paura di perdere ciò che si potrà essere. Il vuoto aperto dall'angoscia di dover crescere può, per qualcuno e non per tutti gli adolescenti, gradualmente riempirsi di surrogati esistenziali che possono essere indici di una precoce stanchezza di vivere.

In un'esistenza che perde di valore e di senso crescono di significato le pratiche e le idee di morte.

Comunque, per quanto ci è possibile, il pensiero della morte, lungi dall'intristire, ci deve far amare di più la vita, perchè chi ha deciso di morire è perchè non è riuscito ad apprezzare la vita così come la desiderava. La vita aspetta di essere amata e di essere vissuta. Vana è l'attesa di chi aspetta di essere amato e chi aspetta di essere amato dalla vita. Si potrebbe affermare che sono più a rischio di morte quelle persone che tanto si aspettano dagli altri e dalla vita, che passivamente aspettano di essere amati così come loro desiderano. Come è stato detto da Erich Fromm per l'amore, e cioè che amare è un'arte, così dobbiamo dire per la vita: vivere è un'arte; la vita bisogna viverla.

La vita è impegno, saggia attesa, capacità di coniugare i bisogni dell'uno con quelli dell'altro, è accettarsi come esseri diversi e quindi come persone ricche di qualità. Vivere significa portare alla vita, significa aumentare la vitalità propria ed altrui. E' un continuo processo di autorinnovamento, di autoincremento. Il pensiero della morte ci deve spingere a godere ogni giorno dei giorni che passano, ci invita a cogliere il frutto maturo, a vivere di più e meglio il presente che non ritorna. Nel contempo dissolve la boria, il delirio di onnipotenza, cambia il nostro modo di valutare le cose, dissipa la confusione tra ciò che è vano e ciò che è

importante, ci rende forse l'un l'altro amorevoli e pietosi, forse meno prepotenti. Oggi, in giro, c'è molto chiasso e divertimento e non è detto che vi sia vera gioia: probabilmente vi è solo rumore per stordirsi, per disfarsi di sé, per liberarsi dal proprio peso, anziché assumerlo con consapevolezza.

Il compito più elevato che ogni persona ha nella vita è quello di tenere la vita nelle proprie mani, amministrarla con sagacia, valorizzarla al meglio in tutti i suoi aspetti ogni giorno.

Certo, nella vita si soffre, ma se non fossimo mai vissuti con il dolore, forse avremmo perso anche il suo piacere, la sua gioia.