

I farmaci: dall'uso all'abuso **di Cinzia Dellacasa¹, Nicoletta Massone²**

Quando ci ammaliamo, siamo soliti pensare alla cattiva sorte e all'imprevedibilità del destino. La nostra vita consueta si interrompe, siamo costretti a letto e ad un agire più lento, gravato da un dolore diffuso che guasta ogni piacere della giornata.

Il nostro corpo, non più valido e silenzioso collaboratore, si fa presente in modo consistente e pesante. Difficilmente, in un caso del genere, ci va di pensare che quel banale raffreddore sia collegato ad altro oltre le modificate e più rigide condizioni atmosferiche oppure l'ultimo virus di cui hanno parlato alla televisione. Senza quasi accorgercene, abbracciamo una posizione dove il corpo si muta in macchina, del tutto appartenente al mondo della materia, descrivibile secondo le leggi causali della fisica classica. Proprio in base a tali leggi, finiamo con il pensare il nostro raffreddore: esposizione ad agenti patogeni, alterazione ed irritazione dei tessuti, produzione di muco, occlusione delle vie respiratorie ... Ci sentiamo imprigionati da un corpo che va per la sua strada, che ci impone le sue alterazioni inopportune ed oscure, un "accidente" indesiderato con cui esercitare una pazienza infinita, come nei confronti di un bambino capriccioso.

Eppure questa divisione non tiene conto di gran parte della nostra esperienza che testimonia come il corpo e la mente siano, in qualche modo, strettamente legati. Se, per esempio, ci colpisce un grande dolore o una forte rabbia, non ci stupiamo di sentire i nostri occhi riempirsi di lacrime; se stiamo raccontando che abbiamo partecipato e vinto alla maratona di New York e qualcuno ci ricorda che quel giorno eravamo da tutt'altra parte, nemmeno in quel caso ci sorprendiamo di arrossire. E ancora, se, durante la visita ad uno zoo, ci troviamo di fronte una tigre evasa dalla gabbia, non ci sembra un fatto straordinario il sudore freddo che scivola lentamente sulle mani. Sono tutte situazioni che, da sempre, ci dicono della stretta interrelazione tra la nostra dimensione mentale e quella organica.

Questa constatazione, del resto, non dovrebbe nemmeno colpirci particolarmente se teniamo conto di come ogni essere umano sia, ad un tempo, un corpo fisico che occupa uno spazio, ma anche una totalità di eventi emotivi che compongono la trama dell'esistenza individuale.

Sarebbe più corretto dire che è la nostra conoscenza ad organizzarsi secondo punti di vista diversi per descrivere lo stesso fenomeno, quel fenomeno che, in questo caso, siamo noi stessi. Un punto di vista interpreta ciò che accade secondo le coordinate della fisica e della meccanica; l'altro utilizza le categorie della storia e dell'emotività.

Biologico e psichico sono aspetti di un processo che la nostra mente non riesce a leggere nella loro simultaneità e nel loro reciproco appartenersi. Tornando agli esempi precedenti, possiamo pensare, allora, che quel rossore che si diffonde sulle guance nel momento in cui siamo scoperti in flagrante menzogna, è anche, è parte integrante, del sentimento di vergogna che proviamo a livello emotivo, come le mani sudate sono anche il terrore causato dal timore di essere sbranati di lì a pochi istanti. A ben vedere, in realtà, ogni alterazione organica non può essere interamente spiegata e risolta secondo le linee del piano biologico poiché, di fatto, un'operazione del genere comporta l'esclusione indebita dell'aspetto mentale, strettamente unito e concomitante all'altro.

Ma allora come mai esitiamo e diventiamo incerti quando dobbiamo contemplare la partecipazione degli affetti nell'insorgenza di una malattia?

Forse bisogna fare riferimento, a questo punto, alla particolare strutturazione della dimensione psichica. A tutti noi è ampiamente noto come Freud, nella sua ricerca, si sia accorto che molti atti della nostra vita possono essere spiegati solo con la supposizione dell'esistenza di pensieri che non sono, però, immediatamente a noi disponibili. La data per scontata equivalenza di

¹ Psicologo Psicoterapeuta

² Psicologo Psicoterapeuta

psichico e cosciente, anziché mantenere, toglie il significato alle nostre azioni, le priva di intenzionalità. Proprio per preservare tale significato, diventa necessaria la supposizione dell'esistenza di elementi mentali privi della caratteristica della consapevolezza.

Ma una tale privazione, se accade, dovrà pur dipendere da qualche ragione. In effetti, la nostra coscienza è in grado di scegliere i suoi contenuti, di escludere dalla propria sfera tutto ciò che è sentito come inadeguato ed inopportuno. Sulla base di questa valutazione, alcuni bisogni e desideri sono pienamente accettati, mentre altri, che pure ci appartengono, vengono giudicati non idonei; sarebbe meglio non ci fossero, potrebbe essere il pensiero di fondo, e la coscienza fa in modo che ciò accada, fa sparire ed annulla gli elementi perturbanti come in un gioco di prestigio.

Se la vita di una persona è ricca di attività e di interessi, può accadere che ciò che è stato rimosso riesca lo stesso ad essere realizzato nel mondo esterno, anche se solo secondo una soluzione di compromesso; se, però, stimoli ed occupazioni coltivate sono scarse, l'unica strada percorribile può diventare quella del semplice aumento delle difese. In questo caso, però, la tranquillità interiore cercata è solo apparente: quando un affetto viene ricacciato nell'inconscio, non sparisce del tutto, ma continua ad esistere, in modo che l'atteggiamento difensivo contro esso diventa una necessità permanente.

Ma non accade solo questo. Più sopra dicevamo di come corpo e mente costituiscano un'unità, dove ciò che avviene sul piano psichico ha una concomitanza su quello somatico e viceversa. Quando gli affetti diventano o restano inconsci, la concomitanza somatica è tutto ciò che rimane degli affetti stessi, è la loro ultima ed unica forma visibile. E, dal momento che le emozioni non sono consapevoli, la concomitanza organica sembra una autonoma alterazione del nostro corpo che sfugge ogni possibilità di comprensione, malattia da cui siamo solamente e sfortunatamente colpiti.

A noi, in altre parole, non resta accessibile altro che un frammento di tutto il processo che porta all'affezione del corpo, vale a dire il sintomo che assume caratteristiche di estraneità.

La sofferenza che si teme possa sorgere come conseguenza inevitabile della manifestazione di un nostro stato d'animo, quella sofferenza che non trova posto nei nostri pensieri, finisce per esistere solo come conflitto e dolore del corpo.

Ma il processo che rimane nascosto è proprio quello attraverso il quale noi stessi partecipiamo, con la totalità delle nostre esperienze affettive, alla "costruzione" delle nostre malattie, sia per quanto riguarda l'origine che per quanto riguarda il decorso di esse.

Il farmaco, in tale contesto, può apparire, allora, come lo strumento efficace ed adeguato per liberarci da una deformazione aliena e per ristabilire quella condizione di permanente benessere nella quale, sola, sembra di poterci riconoscere.

In realtà, però, in una guerra del genere, possiamo correre il rischio di combattere in modo indiscriminato e di distruggere anche elementi che ci appartengono, parti della nostra esperienza e del nostro significato. Andiamo ad alimentare, in questo modo, un funzionamento che, invece di permetterci di integrare i singoli eventi della nostra storia, procede proprio nella direzione opposta che è quella dell'alienazione dei contenuti emotivi da noi stessi.

Tale funzionamento ha un indubbio vantaggio: consente, nell'immediato, una messa tra parentesi della sofferenza che diventa solo sofferenza del corpo; il prezzo da pagare, però, è alto perché comporta un inevitabile impoverimento della personale esistenza, accompagnato dalla sensazione di essere strutturalmente fragili, sempre esposti al pericolo di un assalto emotivo che non saremmo in alcun modo in grado di reggere.

Tutto ciò non significa, certamente, che le malattie non vadano curate, ma l'intervento farmacologico, per non mutarsi in semplice e pericolosa fuga da se stessi, dovrebbe essere accompagnato anche da una costante attenzione a ciò che accade all'interno della nostra storia

affettiva. E' in assenza di tale dimensione che l'uso appropriato dei farmaci, può scivolare insensibilmente nell'abuso, teso solo alla soppressione di ogni dolore.

In sostanza, è proprio il dolore che vorremmo eliminare totalmente dalla nostra vita, in uno sforzo certo comprensibile, ma poco commisurato alla nostra realtà, profondamente legata al limite, all'instabilità, all'incompiutezza.

Questo atteggiamento di fondo, una volta diventato profondamente nostro, lo possiamo anche "insegnare" ad altri, soprattutto a che, per età e per bisogno, è molto dipendente da noi.

Certamente le cose si fanno più difficili quando ad essere malato è il proprio figlio. E' senz'altro faticoso tollerare di vederlo stare male, sopportare il senso di impotenza, ammettere, di fronte a lui, di non poter fare nulla o molto poco. Sappiamo che, in questo modo, gli infliggiamo una grande delusione dal momento che gli sottraiamo l'immagine di un genitore onnipotente per restituirgliene un'altra fatta anche di limiti e di fragilità. Prevediamo che una tale sostituzione susciterà, molto probabilmente, tutta la sua rabbia: nel momento del bisogno le persone per lui più importanti non possono fare miracoli, non servono a nulla, sono solo dei noiosi impostori! Reggere questi stati d'animo non è cosa facile e comprensibile è la ricerca di un rifugio, di un valido aiuto. Il farmaco, ancora una volta, sembra poter diventare uno strumento quasi magico, dotato del potere di sollevare l'uno dal malessere della malattia e l'altro dall'angoscia dell'impotenza.

E il meccanismo, una volta appreso, finisce per essere applicato a situazioni analoghe, anche se non più legate alla malattia vera e propria. Tutti noi conosciamo, ad esempio, le difficoltà che si incontrano durante la crescita, difficoltà che si possono manifestare anche come disturbi delle varie funzioni fisiologiche quali il dormire o il mangiare. Anche per tutto questo, il farmaco sembra offrirsi come scorciatoia rispetto alla fatica del comprendere il disagio più generale di un momento difficile e complesso, disagio che sembra "parlare" solo, in alcuni momenti, attraverso i sintomi del corpo. I bambini, soprattutto se piccoli, non potendo utilizzare le parole come veicolo del pensiero, reagiscono alle difficoltà che incontrano attraverso un dialogo le cui "frasi" sono costituite prevalentemente dalle funzioni del corpo. In questo senso, poter pensare alla malattia del proprio figlio anche come ad un elemento di comunicazione, consente, forse, di accogliere i contenuti emotivi che il bambino non è ancora in grado di pronunciare e gestire, contenuti emotivi che corrono il rischio di andare perduti per sempre se azzerati e schiacciati da un intervento farmacologico d'assalto.

Winnicott, uno psicoanalista inglese, diceva che il sintomo è come un S.O.S. che il bambino lancia, dove la cosa importante non è tanto sopprimere questo S.O.S. quanto liberare il bambino stesso dal bisogno di lanciarlo.

Dominati dall'urgenza di intervenire immediatamente, non permetteremo ai nostri figli di scoprire che la sofferenza può essere tollerata e che, al suo interno, ci sono anche ragioni che danno senso e spiegano la situazione emotiva che stiamo vivendo, ragioni che, nel momento in cui vengono perdute, comportano il prezzo di una davvero dolorosa amputazione di noi stessi.

I nostri figli correranno il rischio, invece, di imparare da noi un funzionamento mentale che abbandona e consegna il dolore al corpo, nella chiusura di un confronto con la realtà, immaginato foriero di una sconfitta disastrosa e intollerabile. Da questo punto di vista, la condizione della malattia, estrema risorsa, potrà sembrare anche affascinante, soluzione ottimale ed ultima per non sapere più nulla di quel se stesso dolorante, impegnato, tra mille difficoltà, nella fatica di esprimere le proprie esigenze vitali.

Significative, al riguardo, le parole di Thomas Mann ne *La montagna incantata*, dove lo scrittore presenta le riflessioni del protagonista, arrivato anni prima al sanatorio di Davos per una visita al cugino e rimasto lì a motivo di una misteriosa febbre che, nel corso del tempo, non era più passata.

Giovanni Castorp guardò attorno a sé, non vide che cose strane, paurose, cattive e capì ciò che vedeva: la vita senza tempo, la vita scevra di preoccupazioni e di speranze, la vita simile ad una gora, tenuta in movimento superficiale da un'attività dissoluta, la vita morta. Al ritmo eternamente monotono del trascorrere del tempo, nella suddivisione fissa del giorno normale che era sempre uguale, che assomigliava a se stesso sino a confondersi, estraneità costante ed identica, all'ordinamento inviolabile del giorno normale, apparteneva un perpetuo affaccendamento.

Non avrebbe potuto dire da quanto tempo era al Berghof e una specie di vergogna lo tratteneva dal saperlo, una vergogna della sua coscienza, quantunque sia evidentemente le peggiori delle incoscienze non porre attenzione al tempo. Che quel modo di procedere fosse pericoloso glielo diceva la sua ragione perché, quanto a lui, si sentiva incline ad abbandonarsi a quello stato nebuloso che voleva impadronirsi di tutto il suo essere con il crescere della stanchezza. «Questo - si disse - è il modo di sentire della persona che si trova in montagna durante una tempesta e ha perduto la via di casa. Chi lo viene a sapere, poi, immagina una cosa orribile, dimentica però che la malattia riduce il suo uomo in modo da poter andare d'accordo con essa. Esiste una specie di narcosi benefica che tuttavia bisogna combattere perché essa ha un viso doppi, è equivoca al più alto grado. E' un beneficio nel caso in cui non si debba più tornare a casa, ma è molto male intenzionata quando si può ancora parlare di ritorno come nel mio caso. Tutto sommato, da quassù, a volte penso che la malattia e la morte non siano, in fondo, cose serie, ma così, una specie di indolenza.»