***Cesare***

*di*

*Marina Maffoni*

*3° anno Studi Cognitivi Sede di Milano*

***Io come te***

Davanti a quel ragazzo giovane, dalla pelle bianca come l’avorio e gli occhi azzurri e agitati come il mare in tempesta, mi sento sprofondare nella mia sedia, come Alice che cade nel mondo dei Lillipuziani.

E ad ogni sua parola, io rimpicciolisco.

Si chiama Cesare, è bello nonostante la malattia, un nome forte come il carattere da leone. Una vita inizialmente splendida, delle buone scuole, un buon lavoro, un buon reddito, una moglie e tutti i sogni pronti per essere realizzati.

Sembra una vita perfetta.

Sembra.

All’improvviso uno strappo: china nera che rovina un quadro dai colori meravigliosi. Una malattia rara neurodegenerativa che cavalca veloce come un cavallo da corsa. Una disgrazia piovuta addosso a ciel sereno, uno scotto troppo alto da pagare. Senza vergogna, arrivano i primi sintomi: la disartria che taglia le parole, la disfagia che rende faticoso bere l’acqua, l’equilibrio instabile e i movimenti coreici degli arti che fanno vivere con la nausea perenne come in una barca sbatacchiata dalla tempesta. Poi la paura della compagna di una vita che svanisce; poi il fratello che lo incolpa di essere incazzato con il mondo e gli dice che “è fortunato” perché almeno ha i soldi per permettersi una badante a poco più di trent’anni di età.

La rabbia che traspare da parole interrotte dalla fame d’aria e da lacrime amare come veleno.

La solitudine: Cesare e la sua malattia che lo trascina nel baratro.

La voglia di morire, l’impossibilità materiale di farlo.

E io ascolto, combattendo con le lacrime e la voce che non vuole uscire.

Mi sento piccola, impotente, sola e arrabbiata contro un destino troppo beffardo.

E ad ogni sua parola, io rimpicciolisco.

***Io terapeuta, io umana***

È il primo colloquio e sono in ospedale, nel mio studio, dentro il mio camice bianco e la mia scaletta mentale per raccogliere l’anamnesi e ricostruire man mano il funzionamento del paziente, arrivando a quella concettualizzazione del caso che definisce i confini e suggerisce le strade di intervento.

Sono all’inizio della mia carriera, per metà psicologa clinica e per metà studente di psicoterapia. Non è il mio primo paziente. Eppure, è come se lo fosse. Sono paralizzata, ogni sua parola è una pugnalata.

All’improvviso le conoscenze apprese dai libri si cancellano come parole di sabbia soffiate via dal vento. Le procedure consuete perdono senso come parole ripetute troppe volte a voce alta. Cosa faccio? Cosa dico? Quali piani? Quali temi? Quali eventi hanno segnato la vita di quel paziente? A cosa mi serve sapere tutto questo ora? Come posso non vedere il mio solito agire come un sadico gioco che è già perso in partenza?

Mi sento solo un essere umano, non una psicoterapeuta. Ascolto Cesare e mi sento fragile come carta velina, tesa e sul punto di rottura. Vorrei urlare al suo posto, vorrei imprecare contro tutto e tutti perché nessuno si merita di essere illuso con il miraggio di una vita perfetta, sadica e menzognera. I miei pensieri corrono veloci: intraprendono una strada, poi un’altra, poi un’altra ancora. Non so cosa fare, lui non ha tempo, io non ho tempo. Sta soffrendo e io non vedo risorse, non vedo appigli.

La seduta finisce, il tempo sembra lento e veloce. Non credo di aver condotto la seduta in modo funzionale perché non ho raccolto i dati che mi servono, ho solo cercato di non piangere. Il paziente successivo in agenda mi smuove da un malessere viscoso, che mi ha obnubilato la mente e portato un peso sul cuore.

Saluto Cesare che è arrivato piangendo e se ne va piangendo.

Mentre igienizzo la scrivania, mi ricompongo faticosamente: mi avvinghio alle mie procedure, alla mia scaletta mentale di ciò che si fa ai primi colloqui, come se quello fosse il mio ideale dell’ostrica di un’opera dolceamara di verghiana memoria.

Cerco di riprendermi perché devo andare avanti, mi nascondo dentro il mio camice bianco.

***Tempus fugit***

Ad ogni colloquio Cesare mi ferisce con le parole disperate di un ragazzo che vorrebbe tanto vivere quanto morire all’istante.

*Cosa posso fare? Mi aiuti?*

E io non so dargli una pronta risposta. La sua mancanza di tempo diventa la mia mancanza di tempo. Non so che fare e non ho tempo di pensarci perché lui sta morendo. Mi confronto con le colleghe, ma onestamente non mi sento sazia delle loro risposte. Continuo a rincorrere la convinzione di dover trovare una formula magica per salvare quel ragazzo, per donargli un po' di sollievo prima della dipartita. Mi arrovello come un criceto che corre senza meta nella sua ruota. Continuo a oscillare fra la convinzione illusa di poter fare qualcosa e l’amarezza di non poter far nulla di utile. Un pendolo che tocca estremi ugualmente pericolosi e perigliosi.

Mi rendo conto che ciò che faccio - ricercare qualche hobby che possa fungere da appiglio o aggrapparmi alle tecniche di respirazione - non serve a nulla.

Non sono una brava terapeuta, ho perso tutte le mie armi.

Lui mi paralizza come Medusa con i marinai.

***E va bene così***

Al quarto incontro decido che l’unica cosa responsabile che posso fare è non rubare a Cesare il poco tempo che gli rimane. Gli dico che forse non sono la terapeuta giusta per lui, non sono in grado di aiutarlo e mi dispiace. Lui mi guarda, si rattrista, ma dolcemente e senza la rabbia che lo nutre da mesi. Dice che gli ha fatto piacere sentirsi ascoltato, tuttavia è abituato all’abbandono.

E allora mi avvampo, come una miccia che prende fuoco. Mi vergogno di aver pensato di lasciarlo. Gli chiedo di scegliere, è lui che può scegliere se vederci o meno. Se vuole, io sarò lì ad ascoltarlo con la mia imperfezione e fragilità.

Cesare sceglie e questo è merce più unica che rara nella sua storia recente.

Così continuiamo a vederci finché il tempo del suo ricovero in ospedale lo permette.

Pian piano non mi sento più così inutile e impotente. Non oscillo più tra il polo disilluso di Sisifo e quello totipotente di Icaro. Divento uno psicoterapeuta porcospino. Come i porcospini di Schopenhauer trovo la giusta distanza che è anche la giusta vicinanza per non farci male insieme.

Trovo l’occasione per approfondire la Dignity Therapy di Chochinov e l’Acceptance and Commitment Therapy di Hayes e Harris. Leggo quelle pagine e sento una carezza al cuore. Il terreno su cui poggiano i miei giovani piedi da psicoterapeuta non vacilla più così tanto. Riesco pian piano, seppur con fatica, a stare vicina a tanta sofferenza senza sprofondarci dentro senza torcia. Accetto la sofferenza, ma le concedo un ruolo di secondo piano e non mi lascio più accecare.

Riesco a vedere chi è stato Cesare prima e chi è ancora Cesare, nel presente e nonostante tutto. E Cesare si rispecchia in questa pozza di acqua meno torbida e per pochi istanti, ogni tanto, abbozza una smorfia che pare più leggera delle altre.

Io porterò per sempre con me la persona bella e coraggiosa, e non solo la sua malattia.

Così, alla fine di questa sofferta strada nuova che, per forza e per amore, sono stata costretta a percorrere, mi sento una psicoterapeuta un po' diversa. Una persona che può vedere il mare per quello che è, non per quello che la sua mente pensa che sia.

E va bene così…