

La malattia come opportunità di trasformazione verso il cambiamento

6 aprile 2018 Categorie: Famiglia Tag: famiglia, terapia familiare



Vi è mai capitato di stare al massimo della vostra vita e poi essere colpiti da una malattia?

Spesso succede che quando la malattia si manifesta, la persona coinvolta sia alquanto sorpresa. Di solito si tratta di un eccesso, della famosa “goccia che fa traboccare il vaso”

Secondo la nostra cultura occidentale infatti la malattia indica un male arrivato da chissà dove e ci affliggiamo con domande del tipo “Perché proprio a me? che ho fatto di male?”, la viviamo quasi come una colpa da espiare. Il corpo è lo strumento attraverso il quale

riusciamo a manifestare i nostri disagi, che possono essere la conseguenza di un malessere psicofisico. È necessario avere la consapevolezza di fermarci ad ascoltarlo, esso ci parla

quotidianamente tramite piccoli sussurri (piccoli malesseri, infezioni ecc.). Se non riusciamo a comprenderli ci parla ancora più forte fino a “gridare” e il grido del dolore si manifesta in infortunio o malattia. Se qualcuno sta urlando, la cosa più importante non è l’urlo, bensì la storia e il significato che è dietro di esso, il messaggio profondo che richiede la nostra attenzione. Se riusciamo a comprendere e, cosa più difficile, ad accettare che questo “urlo”

(in questo caso la malattia e i suoi sintomi), abbiano origine da un nostro malessere interiore allora possiamo considerarlo come una parte di una nostra vita che va accolta per essere migliorata, cambiata. È un processo che si apre e dal quale non possiamo più tornare indietro, non lo possiamo negare perché il “dolore” a suo modo è esploso. Il corpo è soltanto un’espressione visibile della nostra interiorità. Spesso le manifestazioni sintomatiche esprimono un mancato riconoscimento del reale stato di sofferenza.

La manifestazione di sintomi, se da un lato denuncia la perdita del benessere, dall’altro determina, attraverso un diverso riadattamento nella vita quotidiana, l’allontanamento dell’individuo dal suo

profondo, da se stesso. **Non esistono malattie ma individui malati**, nel senso che è importante leggere la malattia all’interno della propria storia personale unica ed irripetibile.

La malattia non è un evento esclusivamente biologico, né esclusivamente psicologico o sociale/relazionale; ma è tutto questo messo insieme.

Non a caso che ci viene una malattia (esempio osteoporosi) piuttosto che un'altra (esempio il cancro), tutto ha un significato ben preciso ed individuale, la malattia "non capita a caso". Quella malattia ha un preciso significato per quella persona in quella determinata famiglia. Sì, perché quella malattia spesso si ripete in quella famiglia ad esempio *"Ce l'aveva anche mio nonno e mio zio questa malattia"* ci sentiamo dire in terapia. Dobbiamo interrogarci che significato ha più in profondità quella *"malattia per quel paziente di quella famiglia che lega più generazioni"*.

Qualunque cosa si manifesta nel nostro corpo sotto forma di sintomo, è espressione visibile di un processo invisibile. Ecco che la malattia ci obbliga a fermarci, a pensare a noi, a domandarci cosa ci sta succedendo in quel preciso momento. Da qui l'idea della malattia

come opportunità di cambiamento della nostra vita.

Il sintomo quindi non deve essere represso, cancellato, negato ma accolto e compreso. Per ottenere questo però bisogna distogliere lo sguardo dal sintomo e concentrare l'attenzione più in profondità, così da capire quello che esso ci vuole indicare per poter procedere verso nuove strade: la guarigione e il cambiamento.

A livello trigerazionale però cambiamento equivale spesso a "tradimento di patto di lealtà". Sul cambiamento Ivan Boszormenyi-Nagy, psicoanalista e terapeuta della famiglia di origine Ungherese ha dedicato molto dei suoi sforzi per sottolineare

l'importanza di natura etica nella cura della malattia di un paziente. Dove per etico non si intende l'etica del terapeuta o del paziente soltanto, ma quello che Boszormenyi-Nagy chiama come "etica relazionale" la cui pietra angolare è il principio del "ricevere attraverso il dare". In sostanza Nagy dalla sua esperienza clinica trae la convinzione che un gruppo di persone collegate tra loro sulla base di un mandato generazionale sviluppi al suo interno una forma particolare di leggi relazionali circa gli obblighi di lealtà e di responsabilità assunti in modo reciproco e commisurati agli investimenti operati da ciascun membro verso ciascun altro; Nagy infatti parla di un "libro mastro di debiti e crediti (1973) tipico di ogni famiglia".

Dal momento che ogni gruppo familiare incorre in vicissitudini varie e diverse, questo particolare insieme di leggi etiche finisce per essere caratteristico solo e soltanto di quel gruppo, perché si collega alla storia, alle vicende, alle caratteristiche ambientali, ai contributi

personali di tutti i suoi membri, attraverso cui si sviluppa e si dispiega la trasmissione di valori da una generazione alla successiva. Generazione dopo generazione, gli impegni verticali di lealtà entrano in conflitto con quelli orizzontali. Gli impegni di lealtà orizzontale sono quelli dovuti a una generazione precedente o successiva; gli impegni di lealtà orizzontale sono quelli dovuti al compagno, ai fratelli o al partner in generale. Questa etica

non dà indicazioni su ciò che è giusto o sbagliato in termini generali, ma vincola ciascun membro a ricambiare ciò che ha ricevuto (oppure ad aspettare soddisfazioni per ciò che ritiene di dover ancora ricevere) per poter essere libero di svilupparsi come individuo e

quindi di differenziarsi secondo la propria natura rispetto al gruppo di provenienza, creando nuove relazioni. Questo vincolo avviene proprio in tutte le modalità in cui il singolo individuo si avvicina alla vita e di conseguenza a come si avvicina ad affrontare anche

una malattia. Non solo la malattia ma anche il sintomo richiede una lettura particolare all'interno del bilancio di debiti e crediti famigliari. Ciò che entra in gioco nelle situazioni di cambiamento come quelle poste da una malattia è il risultato del lavoro che l'intera famiglia ha compiuto intorno alla modalità di trasmissione alle generazioni successive, quello che appunto Boszormenyi-Nagy chiama mandato familiare.

Concludendo possiamo dire che la malattia ci dà la possibilità di rivedere quel ventaglio di modalità lasciati dai nostri antenati che abbiamo di approccio alla vita che fino ad ora hanno funzionato ma che probabilmente ora non sono più validi per noi, ma rivederli equivale anche a un cambiamento più ampio fatto di lealtà invisibili tra generazioni che può portarci a distaccarci dal modello lasciato in

eredità...bisogna solo domandarci, siamo pronti? Tutto dipende da noi.

Boszormenyi-Nagy I. & Geraldine M. Spark (1988). *Lealtà Invisibili. La reciprocità nella Terapia familiare intergenerazionale*. Roma: Astrolabio.

Panza A. (2013). *Integrazione dei saperi in medicina*. Venezia: Libreria Editrice Cafoscarina