



## Disperazione e dintorni

*... ma quando viene in odio agli Dei, Bellerofonte solo e consunto di tristezza errava pel campo acheio l'infelice e l'orme dei viventi fuggìa con l'abbandono degli Dei si spegne il coraggio e la forza di vivere ed è il vuoto assoluto, la tristezza divorante in cui l'eroe si dibatte e si logora. (Omero – Iliade)*

### La storia di Piero

Figlio unico, viziato, bravissimo a scuola, orgoglioso e perfezionista. A 14 anni vivo una situazione piuttosto traumatica, un inaspettato cambiamento di vita che mi ha disorientato: niente di tragico, ma nel giro di qualche settimana ho perso i punti di riferimento che, si dice, sono così importanti per un adolescente: cambiamento di paese, di lingua, di contesto sociale, e anche un momento di grave crisi economica che ha investito la mia famiglia. Perché parlarne ancora dopo tanto tempo?

Perché non sto bene e non so se le mie condizioni attuali siano legate ai piccoli traumi di allora. Sono anni da allora che soffro di un malessere più mentale che fisico, con momenti di grave sconforto, in cui devo farmi violenza per mettere il naso fuori di casa e rifugio qualsiasi contatto umano, e altri più tranquilli ma senza attimi di soddisfazione o di piacere.

I momenti di tranquillità sono di maggiore distacco verso le cose, e razionalmente so che un'indifferenza eccessiva verso la propria vita non è sintomo d'equilibrio. I miei momenti giù, sono notevolmente peggiorati negli ultimi 5 anni: ormai sono frequenti i momenti in cui letteralmente mi sorprendo accasciato sul letto, su una sedia o addirittura per terra, conscio e per niente disposto a scuotermi e rialzarmi.

Ho quasi 26 e tutti, specie i miei famigliari, mi dicono che questi sono gli anni migliori e che ho lasciati scorrere. Di fronte a questa accusa, mi sento ancor più solo, perché mi accorgo che nessuno è riuscito a capire che ormai la mia barca voga alla deriva.

Gli studi, nei quali brillavo, hanno smesso di darmi soddisfazioni; li sto finendo per inerzia e per dovere, con un certo ritardo del quale il ragazzo studioso che è in me si vergogna amaramente. Che dire ancora... il pensiero della morte mi accompagna ogni giorno: è il mio piccolo momento di liberazione anche senza smanie suicide.

### Padre uccide figlio con disturbi psichici. 13 giugno 2003

Secondo le prime ricostruzioni, la tragedia è scattata dopo una lite, forse scatenata da una crisi di urla di cui, dicono i vicini della famiglia, il 39enne era spesso soggetto. Dopo lo scontro verbale col padre, il figlio avrebbe preso dei calmanti e sarebbe andato a dormire. A quel punto l'anziano uomo, impugnando una calibro 38 che deteneva rego-

larmente, ha esploso due colpi contro il petto del figlio mentre dormiva nel suo letto e l'ha ucciso. Poi, ha chiamato i carabinieri.

Questa versione dei fatti sarebbe stata confermata anche dalla madre, Elvira Cella, una ex insegnante di lingue del liceo Tasso, che ha riferito ai carabinieri della compagnia Parioli di aver sentito solo i colpi di pistola e non rumori di un ulteriore litigio.

I carabinieri hanno infatti trovato il corpo della vittima riverso sul letto nella sua stanza. Secondo le testimonianze dei vicini, più volte si erano sentita urla provenire dall'appartamento della famiglia Piscitello, e più volte le forze dell'ordine erano dovute intervenire, su richiesta dei genitori stessi, per sedare le crisi del figlio.

*Non ci posso credere. Era una persona per bene, tranquilla - racconta un vicino di casa - mai mi sarei aspettato qualcosa del genere. Il ragazzo spesso dava in escandescenze e alcune volte è arrivata anche l'ambulanza.*

Secondo alcuni ragazzi che frequentano un bar nelle vicinanze del palazzo di via Lucrino, Sergio Piscitello, quando non usciva accompagnato dai genitori, aveva solo questo locale e una vicina edicola come luoghi di svago. Sergio Piscitello, a quanto si è appreso, era tenuto periodicamente in osservazione da assistenti sociali.

*Nonostante le liti e i problemi, la loro era una famiglia unita*

dicono sempre i vicini di casa della famiglia Piscitello.

*Non riusciamo a capire come sia potuto accadere - spiega una signora che conosceva bene la famiglia - Erano una famiglia unita e questo nonostante i problemi che avevano con il figlio*

*Il padre - sottolinea la proprietaria di un bar che si trova nei pressi dell'abitazione della famiglia Piscitello - non si era mai lamentato del figlio e, anzi, ne parlava sempre bene.*

## **Comunicato della Comunità di S. Egidio**

*È una vicenda drammatica ma non è la storia privata del dramma della famiglia Piscitello.*

*L'handicap è un dramma che troppe volte ci si trova a vivere da soli, senza mezzi, con pochi sostegni e in una società che dell'handicap ha paura o sembra non interessarsi", l'handicap non è una "questione privata.*

*È proprio la privatezza che aumenta l'isolamento e che trasforma troppe volte difficoltà autentiche, che sono parte della vita, in difficoltà insormontabili e che diventano premessa della negazione della vita.*

*La vita di chi è disabile è complessa e aggiunge complessità alla vita di chi disabile non è e sta accanto. La famiglia è troppo spesso lasciata sola nelle scelte difficili, che diventano più difficili quando aumentano gli anni e non si vedono soluzioni per i propri figli non autosufficienti quando si è più vecchi.*

*Non c'è da giustificare ma c'è da capire. La vita ha sempre un grande valore e una dignità e potenzialità straordinarie anche quando è oppressa, umiliata, appesantita dal*

*bisogno, e sembra davvero già poca.*

*Non è mai non-vita, è sempre vita, anche se a volte può, superficialmente, sembrarlo. La disperazione e i gesti disperati non possono essere l'ultima parola.*

*Ma proprio per questo non si possono lasciare sole le famiglie a gestire problemi a volte troppo complessi, con carichi di sofferenza, dubbi, incertezze, fatica di vivere che possono diventare schiacciati.*

## **Quella maledetta lettera D. Disoccupazione, disperazione**

*Sideria Zappoli, 5 maggio 2010*

*Disoccupazione, mancanza d'occupazione, l'essere sfaccendato, condizione di chi non riesce a trovare lavoro pur essendo in grado di lavorare.*

Ho aperto il dizionario, ho trovato tante parole, parole su parole. La mia prof li chiamerebbe significati connotativi, ma a me sembrano semplicemente lettere, l'una dietro l'altra, non vi ho trovato alcun sentimento, alcuna emozione. Primo tentativo, fallito. Sono andata indietro nel tempo, è stato a metà del luglio passato che ho conosciuto Fausto.

Ha cinquantatré anni, e alle spalle ha una famiglia composta da sei persone, di cui cinque bambini, da mantenere; lavoratore che da anni presta la propria opera nel maggior gruppo mondiale specializzato nel settore delle macchine e dei prodotti di consumo per la saldatura elettrica, ora è in cassa integrazione, poiché la multinazionale per cui ha faticato più di trent'anni, si trasferirà in Polonia, licenziando tutti i dipendenti. Fausto mi si avvicina con gli occhi lucidi, mi mostra le mani: sono ricoperte da un eczema particolarmente invasivo:

*Vedi? Mi è comparso da quando è iniziata questa storia, qui tutti stiamo soffrendo, la cassa integrazione e la prospettiva del licenziamento sono un pensiero che non ci lascia un attimo, ogni momento della nostra vita ha come sfondo questo incubo che dal cervello si trasferisce a tutto il corpo.*

Stavo iniziando a capire cosa potesse significare. Vedere un uomo cinquantenne, come Fausto, con gli occhi pieni di desolazione, disperazione, terrore, mi ha lasciato un profondo segno nell'anima, qualcosa che non si scorda. Mi guarda con tenerezza:

*Vorrei comunicare la disperazione. Tutti al di là della situazione vediamo il vuoto che c'è attorno, al costo di duri sacrifici avevamo conquistato condizioni buone con le quali ci salvavamo, stiamo perdendo tutto.*

In autunno terminata la cassa integrazione Fausto e molti altri dipendenti si sono trovati senza lavoro. Ora ho veramente capito cosa significa disoccupazione, significa disperazione, significa non riuscire ad arrivare alla fine del mese, significa non riuscire a pagare l'affitto. Significa anche non riuscire a continuare a vivere serenamente, sentirsi come una palla al piede. Ricordare quell'esperienza mi ha dato un senso di pesantezza, un nodo alla gola. Tutti dovrebbero essere a conoscenza di questa situazione, ma c'è ancora chi la ignora e dorme tra due guanciali; a volte i datori di lavoro stessi,

guardano un po' troppo i loro interessi a discapito dei dipendenti.

### La storia di Ernesto

*Sono un ex tossico di circa 50 anni, l'eroina non è stata la causa, ma l'effetto, o meglio la stupida cura che ho trovato, negli anni ottanta, con tanti miei amici che, presi dallo stesso disagio di ambienti famigliari più o meno devastanti, hanno bruciato la propria vita, con overdose, epatiti, aids. Io sono un reduce di tutto ciò, ma il pensiero ossessivo è quello che in qualche modo ho bruciato anch'io una bella fetta di vita nel vuoto. Non ho una famiglia, né riesco a mantenere un rapporto sentimentale.*

*Sono figlio unico di una vecchia mamma, con tutti sensi di colpa ma anche di rancore nei suoi confronti per la leggerezza con cui si mettono al mondo i figli. I miei genitori mi hanno dato tutto materialmente, e basta.*

*È incredibile, ma serve la patente per guidare un'auto, e qualsiasi idiota può figliare altri infelici. Ho fatto anni di terapia con uno psichiatra, due, tre volte alla settimana, un sacco di soldi, ma è un idiota e non me ne sono accorto prima.*

*Poi psicologo, stessa storia ma solo per un anno, (memore della precedente esperienza).*

*Proprio per questo motivo prendo tranquillanti, ansiolitici e altro. E la vita mi scorre addosso. Porco Giuda !!?*

### Il coraggio di esistere di Paul Tillich. Diego Fusaro

Chi è nella morsa del dubbio e della mancanza di significato non può liberarsene. Esiste una sola risposta possibile: l'accettazione della disperazione che è in se stessa fede e si trova sulla linea di confine del coraggio di esistere. Finché è un atto di vita, questa disperazione è positiva nella sua negatività.

La fede che rende possibile il coraggio della disperazione è l'accettazione del potere dell'essere. Chi ha il coraggio di affermare il suo essere nonostante il fato e la colpa, non li elimina ma accetta con coraggio di prendere su di sé le angosce del fato e della colpa. Lo stesso si può dire del dubbio e della mancanza di significato.

La fede che crea il coraggio di includerli è semplicemente fede, indiretta, assoluta e ha le sue radici in quel Dio scomparso nell'angoscia del dubbio .

### Angoscia e disperazione, un problema molto denso

*Sintesi di una lezione di Massimo Ammaniti*

Il filosofo Ludwig Wittgenstein ha scritto: "**Non si può sentire uno sconforto più grande di quello di un essere umano**". Come può essere che nell'intimo di un individuo si annidi un'angoscia così grande da superare il male del mondo intero? Lo possiamo comprendere se riconosciamo che la disperazione, nella sua forma più radicale e più autentica, comporta una soppressione del mondo. A scomparire è una realtà più profonda e più grande del nostro io, fonte inesauribile delle nostre peripezie alla ricerca della verità e del significato. Nella **disperazione** si è vinti dal proprio sentimento del

nulla. Si viene presi da una terribile stanchezza nei confronti della vita. Pessoa ha mostrato come il sentimento di angoscia segua a un naufragio di tutte le nostre aspettative.

*Tutto quanto ho voluto mi si è sfracellato sotto le finestre, come una zolla caduta da un vaso degli ultimi piani.*

È questo scacco verso le nostre attese che può portarci alla disperazione più totale: sentirsi degni e vedersi trattati dal destino come i più infimi. E forse è proprio in questo punto che è possibile operare al fine di superare la disperazione: modificando le nostre attese, non ponendo al mondo richieste che esso non sa soddisfare.

Per quanto riguarda l'**angoscia**, essa è un sentimento che implica tensione e stato d'allarme. In più chi è angosciato ha paura che gli possa accadere qualcosa di terribile e per questo può succedere che gli si stringa la gola oppure che gli faccia male lo stomaco. Invece, la disperazione possiede una sfumatura più depressiva: si perde interesse nei confronti della vita e non si riesce a trovare un senso nei riguardi del futuro. Va detta una cosa: l'angoscia e la disperazione non costituiscono delle esperienze eccezionali che accadono una sola volta nella vita.

Al contrario, esse riguardano ognuno di noi. L'**ansia**, invece, è uno degli stati d'animo fondamentali della vita odierna, perché quando si è ansiosi si cerca di stimolare maggiormente le proprie risorse. Anche il neonato prova ansia nel momento in cui ha fame e si tarda a nutrirlo oppure quando non si sente tranquillizzato dall'abbraccio della madre.

Di fronte a questo tipo di esperienze il bambino reagisce piangendo. Mano a mano che si cresce, però, si comincia anche a comprendere il senso dell'esperienza, a riflettere sui propri stati mentali, a distinguere un affetto da un altro e a descrivere i diversi affetti. Durante l'adolescenza si diventa in grado di raccontare i propri stati d'animo e di dividerli. Non tutti reagiscono all'ansia nella stessa maniera e le differenti risposte: esistono individui più resistenti all'ansia e persone che reagiscono con maggiore tensione a uno stato di apprensione.

L'esperienza e la creazione di legami affettivi positivi infondono sicurezza. Alcuni accadimenti sono in grado di scatenare l'ansia: uno di questi potrebbe essere dato dal cambiamento del proprio ambiente scolastico. I momenti di passaggio costituiscono dei periodi in cui una persona deve **rivedere** se stesso, perché implicano un futuro che ancora non si conosce. Ciò significa che tutto quello che crea discontinuità può anche costituire una fonte di ansia, ma significa anche che alcuni eventi possono risultare più stressanti di altri. Importante è anche la cosiddetta angoscia di separazione.

Nel quadro di Munch appare il "*terrore senza nome*". Una persona in preda ad una forte paura così grande che impedisce di esprimersi, e come l'individuo ritratto in questo quadro ha perso le fattezze umane fino a identificarsi col terrore stesso, un terrore senza nome, irriconoscibile. Uno dei meccanismi per affrontare l'angoscia consiste nel poterla raccontare e comunicare agli altri altrimenti il suicidio diventa una soluzione

ad una situazione che non ha vie d'uscita. Ma c'è anche una base biologica. Il che vuol dire che si possono creare delle sregolazioni di cui non siamo nemmeno consapevoli. Il che ci deve portare a ricordare sempre, che siamo persone e abbiamo un corpo.

E i meccanismi dell'ansia e della depressione sono anche legati a dei neurotrasmettitori cerebrali dovuti anche a cause legate alle vicissitudini della vita come la separazione da una persona amata e la conseguente solitudine. La depressione non è solo una malattia ma è anche una condizione esistenziale.

Credo che ognuno di noi ha sperimentato in alcuni momenti uno stato di depressione come ad esempio Michelangelo soffriva di depressione che per lui fu una malattia creativa, la depressione, perché ti obbliga a guardarti dentro, a metterti alla prova. Se uno non soffrisse ogni tanto di depressione sarebbe uno zombie mentre la malattia depressiva invece è quando uno non riesce più a uscirne fuori.

Oggi si soffre molto più di depressione forse per certi cambiamenti sociali della famiglia, l'accelerazione della vita quotidiana, gli obiettivi della vita sempre più impegnativi, ci mettono costantemente alla prova e ci fanno sentire inadeguati, soprattutto in alcuni periodi della vita, come l'adolescenza e l'età avanzata. Nell'adolescenza uno comincia a riconoscere la solitudine, la responsabilità, la coscienza. E per questo si aprono tutti questi interrogativi e queste paure. Prima i giovani credevano che diventando come i propri genitori, riuscivano poi a trovare un posto nella vita.

Oggi tutto questo non è più vero e i genitori sono dei modelli che funzionano in alcuni momenti e in altri momenti no. Uno si sente molto più solo con se stesso. E forse questo è anche il motivo per cui i gruppi sono importanti.

Nella malattia depressiva uno non esce da casa, non vuole incontrare nessuno, passa molto tempo a letto, ha disturbi del sonno, perde piacere in tutto quello che prima gli interessava, il tono dell'umore è abbassato, non ha più nessuna spinta. Se uno si trova in un universo dove non c'è Dio, la solitudine l'avverte molto di più e fare i conti con la solitudine in un mondo dove non c'è speranza, diventa molto più difficile.

Cioè credo che essere religiosi è un modo di tranquillizzarsi e di dare un senso alla propria vita. Se non si è religiosi, uno deve trovare un senso nella vita, nei rapporti, in quello che fa, in quello che riesce a realizzare e con nella preghiera può trovare ha una funzione curativa, perché chi crede si sente più forte e meno solo. Esiste un'angoscia cosciente e un'angoscia inconscia. Intanto, rispetto ai sogni.

Gli studi più recenti mettono in luce che il sogno e i sogni ci aiutano a riorganizzare la nostra esperienza, secondo delle coordinate diverse. Cioè noi durante il giorno riorganizziamo la nostra vita, col pensiero fondamentalmente cosciente, la notte riorganizziamo le nostre esperienze secondo una chiave diversa che protegge la nostra vita psichica.

Noi usiamo il termine **solitudine**, per aspetti diversi. Essere soli con se stessi è importante perché è una fase creativa. Mentre è molto diversa la solitudine vissuta come perdita. Se uno non riesce a stare solo con se stesso, mentre sta lì, pensa a quello che

ti manca. mentre se intesa come isolamento indica invece l'essere tagliati fuori dalla vita, dal mondo, dai rapporti, e come tale può essere una condizione molto più difficile e problematica. in sintesi si può dire che i rapporti ci aiutano e ci curano perché uno ha fiducia negli altri.

Quando ti senti capito da qualcuno, non ti senti più così solo e cominci a riacquistare la fiducia e il senso e la fortuna della comunità. Ma qualsiasi acquisizione non è mai definitiva. e sempre in bilico e va continuamente riaffermata. L'amicizia, l'amore e così via, non sono dati una volta per tutti, ma vanno continuamente riconquistati.