

Introduzione

di Katri Mingardi
psicologa, psicoterapeuta

*P*rotezione, termine e tema che si ripete e torna nel nostro fare quotidiano in cure palliative. Dal latino *pallium* – *il mantello* – simboleggia l’effigie di San Martino, soldato romano del IV secolo che scoprì e accolse il messaggio evangelico nella sua gioventù. Martino, ricordato l’11 novembre, ricorrenza della sua sepoltura a Tours nel 397 d.C., rientrando da una missione militare in una giornata di pioggia e vento condivise il suo mantello dandone la metà a un povero seminudo e infreddolito incontrato lungo la strada. Nella sua vita San Martino fu un viandante: nacque in Pannonia (attuale Ungheria) nel 316 d.C., si trasferì con la famiglia in Francia e in seguito giunse in Italia; predilesse luoghi e stili di vita sobri e da asceta; nel 357 si recò sull’isola Gallinara ad Albenga, dove condusse quattro anni di vita eremitica prediligendo l’azione pastorale nelle campagne tra gli agricoltori. Le chiese a lui dedicate si trovano in località di campagna e in luoghi di passaggio, di transito, con annes-

sa la foresteria per l’ospitalità dei viandanti. I segni della sua presenza e devozione li ritroviamo numerosi anche in usanze, toponimi, nomi di persone, modi di dire. L’11 novembre, per esempio, costituiva la scadenza dei contratti agricoli (consegna della porzione di raccolto da consegnare al proprietario del terreno), da qui l’accezione “*far San Martino*” come resa dei conti o far trasloco. Ma anche festa del raccolto e dell’abbondanza, per cui molti cibi, frutti e animali hanno denominazione che includono nella loro radice “martino”.

San Martino, dunque, emblema di viaggio e di ricerca, di ospitalità e di carità. Molte perciò le corrispondenze e le risonanze per le cure palliative, pratiche di cura che accompagnano l’ammalato in tutta la sua persona, insieme ai suoi familiari, nella fase finale della vita. Non solo sintomi fisici, bisogni infermieristici e assistenziali, ma anche un accogliere bisogni psicologici, spirituali, sociali, preoccupazioni e paure, desideri e speranze.

Leggo anche la definizione di “*protezione*” sul dizionario: *l'azione del proteggere, del riparare cose e persone allo scopo di difenderle da ciò che potrebbe recare loro danno (cercare una protezione dal caldo, dal freddo, dall'umidità; grata di protezione; occhiali da sole per la protezione della vista...).* *L'attività di chi difende, aiuta o favorisce qualcun altro che si trova in una condizione di inferiorità, di debolezza (avere qualcuno sotto la propria protezione; mettersi sotto la protezione di qualcuno; godere della protezione di qualcuno...).* E ancora, *protezione del paesaggio, della natura, tutela dell'ambiente di vita dell'uomo; protezione del patrimonio artistico e civile, protezione sanitaria in materia di tutela della salute...*

Tanti i riferimenti e tante le immagini, gli oggetti, le persone, le situazioni che ci vengono alla mente, alcune comuni, altre personali e uniche per ciascuno di noi.

Da quando nasciamo, il bisogno e il desiderio di essere protetti e di proteggere ci accompagna e si esprime in modi e forme differenti. *Il neonato* ha bisogno di essere tenuto in braccio, vestito, nutrito, protetto dai rumori troppo forti, dal troppo freddo o caldo, curato quando si ammala, tutte forme di protezione che lo faranno crescere. Nella prima infanzia, il bisogno di protezione è un vissuto spontaneo e corrisponde al desiderio di sentirsi amati e accuditi. Diventando grandi, la necessità di essere protetti cede il posto al bisogno di autonomia, al

desiderio di essere indipendenti e capaci di badare a se stessi. Si protegge *l'adolescente* quando si accoglie la sua necessità di sperimentarsi, di provare, di prendere le distanze nella certezza di poter tornare trovando accoglienza, comprensione e ascolto, cercando l'equilibrio tra controllo e libertà. E si protegge chi è *anziano* rallentando i ritmi, ascoltando la sua storia, narrandola, passando il testimone, garantendo il suo diritto a una vita dignitosa.

Proteggiamo quando usiamo linguaggi, parole, toni, atteggiamenti che rispettano l'altro, per l'età, l'esperienza che sta vivendo, la sensibilità; quando non lasciamo solo chi ci sta vicino nei momenti difficili, ma anche quando rispettiamo il suo bisogno di riservatezza (la *privacy* nel significato nobile del termine, purtroppo spesso abusato e non osservato veramente) e di silenzio.

Nel nostro lavoro proteggiamo quando non neghiamo e non nascondiamo brutte notizie, ma cerchiamo di dire la verità nei tempi e nei modi in cui l'altro si sente di ascoltare, quando chiede, quando non lo lasciamo solo con le sue paure e preoccupazioni. Proteggiamo quando favoriamo una buona comunicazione con paziente e familiari, chiara e realistica, che li accompagni in un percorso personalizzato e di consapevolezza. Quando cerchiamo di far sì che il paziente conservi, fino alla fine, gli affetti e le relazioni con le persone per lui

importanti; quando sosteniamo i familiari a legittimarsi reazioni, emozioni, pensieri, dando loro spazio e tempo per esprimersi, con le parole, con il pianto, con la rabbia, con il silenzio. Proteggiamo quando, oltre ai sintomi e alle complicanze e ai disturbi fisici del corpo, continuiamo a guardare la persona, garantendo il diritto alla cura vivendo fino alla fine la migliore qualità di vita possibile. Quando lasciamo ancora spazio ai progetti, perché la speranza è accorciare l'orizzonte, la prospettiva. Quando amiamo chi ci sta vicino senza essere troppo vicini, pressanti, incalzanti, in ansia.

Ogni persona protegge nella relazione, che si tratti della relazione genitore-figlio, insegnante-studente, medico-paziente, quando ascolta con interesse, quando mette dei limiti che permettono di vedere le possibilità...

La Carta dei diritti dei morenti, del malato, dell'infanzia e dell'adolescenza, delle donne, dei lavoratori e così via sono un esempio di protezione, qualunque sia l'età, l'esperienza di vita, il ruolo, perché tutti e sempre siamo esseri umani. La protezione ha a che fare con la cura della vita, col sostegno della vulnerabilità e si realizza stando in relazione. Ci proteggiamo o cerchiamo protezione da ciò che ci fa paura, dalle persone, dalle situazioni, talora anche dai nostri pensieri. Come già nel 120 d.C. diceva Epitteto: *“Gli uomini non hanno paura delle cose in sé per sé, ma del significato che*

attribuiscono a esse”. E ci proteggiamo anche stando soli, in silenzio ad ascoltare noi stessi, le nostre sensazioni.

Questi *Corsi di fotografia* sono stati un percorso, una scoperta che ciascuno dei partecipanti ha iniziato durante gli incontri e approfondito nel tempo. Osservare con gli occhi e con il cuore, fermarsi, rallentare, pensare e cambiare punto di vista. Cammino di scambio, dialogo, ricerca. Arricchimento, andare oltre l'immediato, l'apparenza, la prima impressione, il giudizio fine a se stesso. Un atteggiamento umano che bene ci farebbe anche nella quotidianità e nelle nostre relazioni... Un allenamento all'autoriflessione, alla consapevolezza, al senso del nostro vivere e all'essenziale.

Un'esperienza per allenare la capacità di spostare il proprio punto di vista, di guardare da angolature differenti, da altezze diverse, con gli occhi del bambino che è spinto dalla curiosità, dalla naturalezza e spontaneità insita nella sua natura, in cui ogni giorno tutto è una scoperta; con lo sguardo sul mondo degli adolescenti, combattuti tra la positività, l'energia degli ideali, dell'innamoramento, dei progetti per il futuro e la paura per la complessità e l'incertezza dei progetti, dei legami, del crescere; con gli occhi dell'adulto che ha percorso una buona parte della strada della vita, con i suoi bilanci, rimpianti e gioie, nostalgie e tristezze, saggezza e serenità; con lo sguardo femminile e quello maschile...

“*Non si vede bene che col cuore. L'essenziale è invisibile agli occhi*”: così il protagonista del romanzo *Il piccolo principe* di Antoine de Saint Exupéry. E in questo volume le immagini confermano questa verità.

Ecco allora che non esistono pensieri giusti o sbagliati, esistono sfumature, giochi di luce e ombre che rivelano punti di forza e fragilità, pieni e vuoti, diversità, angolazioni.

La protezione declinata da ciascuno in maniera personale. Percorsi in cui i partecipanti si sono messi in gioco, uno scoprire cose, paesaggi, volti. Condivisione, ascolto, consapevolezza, con immagini e significati unici e universali. Ecco la bellezza di questo progetto. Un libro che va guardato con gli occhi e ascoltato con l'anima.

Casa, porta e cancello, letto, libri e tisana, abbraccio e famiglia, mani, animali, guscio e conchiglia, immagini del gruppo di volontari e operatori delle cure palliative e di operatori, familiari e utenti di *Navicella* e *La Breva*, in cui emerge delicatezza e attenzione ai dettagli, rigore e precisione, bisogno e sensazione di sicurezza, desiderio di contenimento e tranquillità. C'è chi trova la propria serenità e protezione dentro le mura di casa, porto sicuro, luogo che accoglie e rassicura, e chi è spinto a uscire, a rompere il guscio protettivo alla ricerca di sguardi, mani, parole, in un viaggio nel mondo, lungo strade alternative, universi sorprendenti.

Sigaretta e telefonino, *monitor*, chiavi, occhi e occhiali, scuola e libri, sorriso, sguardi, abbracci, mani, persone, amicizia, famiglia, mamma, casa, piumone, abbigliamento, buio ma anche luce, spazio aperto ma anche muro... queste le parole che significano protezione per *i ragazzi che frequentano il liceo artistico*, scritte con il linguaggio delle immagini. Bisogno di dipendere e di essere indipendenti, protetti di fronte ai compiti dell'esistenza, di essere lasciati liberi e anche limitati nella propria libertà; discontinuità, passioni e desideri, realtà virtuale in cui in apparenza non esistono limiti e desiderio di accudimento e relazioni d'affetto, di legami. L'amore della conoscenza che costituisce la spinta verso il nuovo e l'emancipazione, questo rivelano le foto del gruppo di adolescenti.

Nel *gruppo di operatori e volontari di cure palliative* parole e immagini come ponte, contenitori, limiti e vicinanza, presenza e famiglia, divisa e prevenzione, salute e benessere, cura e autoprotezione sono state quelle più frequenti, fissate negli scatti con creatività, attenzione e cura. Fotografie che sono l'espressione dell'esperienza fatta in reparto, dove la malattia, il limite, la conclusione della vita, la nostalgia, la mancanza e il distacco si uniscono e mescolano alla speranza, alla pienezza del momento, alla preziosità di gesti, contatti, parole. Rassicurare, tendere una mano, riscaldare con un

abbraccio, esserci. Potersi fidare, sapere che c'è intorno a noi qualcuno su cui possiamo contare, con cui possiamo scoprirci a vicenda. Esperienza del fare che diventa ricevere.

Ma dove si ferma il nostro sguardo? Quando ci fermiamo a osservare dentro e fuori da noi? E che significato troviamo mentre i nostri occhi si posano su qualcosa o qualcuno?

C'è la forma, l'oggetto e la sostanza, ciò che è essenziale per noi in quel momento, quello che vogliamo dire ed esprimere, a volte a noi stessi, talvolta agli altri. Desiderio di fermare il tempo, per far durare l'attimo in eterno, per sempre, perché *“certe parole, certe frasi andrebbero seminate e poi lasciate lentissimamente maturare, germogliare...”* (Roberto Piumini). Voglia di condensare l'essenza di sé, o del pezzo di vita percorso, in pochi dettagli pensati e sentiti con cura e attenzioni, sguardo più ampio sul presente e sul futuro affinché, riprendendo le parole della filosofa Laura Campanello *“possiamo esercitarci a pensare al limite e partire da questo trasformare la propria vita, perché la felicità possa diventare una condizione duratura, uno stile di vita, e non solo il risultato fortunato e fortuito della mancanza momentanea di dolore”*.