

L'accompagnamento spirituale al morente

Riflessioni e interrogativi sull'approccio al morire

Sr. M.Giorgia Mana¹, Sr. Ida Mana², Federica Gagna², Alessandra Agrò², Daniela Murtas²

¹Assistente Spirituale presso il Presidio Sanitario San Camillo di Torino

²Infermiere Professionale presso la Fondazione F.A.R.O. onlus di Torino

In una società dove la morte è diventata tabù, dove tutto sembra ridursi al guadagno e al piacere, dove prevale la mania di onnipotenza...affrontare il tema dell'accompagnamento spirituale alla morte può sembrare azzardato e fuori luogo.

Perché occuparci di questo?

Purtroppo la vita insegna che, prima o poi, ci piaccia o meno, tutti dobbiamo fare i conti con questa dura realtà: la morte. Davanti alla malattia, al dolore, al lutto di un familiare, di un amico, di un conoscente, rimaniamo sgolementi, smarriti, entriamo in crisi e ci chiediamo: perché?! A chi spetta il compito di darci risposte?

In questa nostra riflessione sull'accompagnamento spirituale al morente, faremo spesso riferimento a persone esperte in materia, come Marie de Hennezel e Elisabeth Kubler-Ross.

La loro ricerca e la loro lunga esperienza nel campo dell'assistenza ai malati in fase avanzata di malattia, nell'ambito delle cure palliative, ci aiuteranno a fare un po' di chiarezza e, forse, ad aprire nuovi orizzonti. Prima però di addentrarci nello specifico del tema, ci pare importante soffermarci brevemente sul concetto di "spiritualità". Di che cosa si tratta? Esiste una spiritualità del malato?

Le scienze psicologiche insegnano che nell'essere umano si possono distinguere tre dimensioni: corpo, psiche e spirito. Un tutt'uno in cui si fondono fisico, mente, affettività e spirito. Secondo Victor E. Frankl, a livello della dimensione spirituale si localizzano le decisioni, l'interesse artistico, la creatività, il senso etico, la religiosità, la comprensione dei valori...in una parola, il bisogno di senso, di significato, di trascendenza⁽¹⁾.

Nella profondità dello spirito c'è implorazione di significato, c'è domanda di senso. I grandi interrogativi esistenziali nascono qui. Dignità e grandezza dell'uomo trovano qui il loro fondamento. La dimensione spirituale è quella "specificamente umana".

Ciascuno di noi ha una sua spiritualità, più o meno coltivata, o più o meno trascurata, che lo accompagna per tutta la vita. Ciascuno di noi "è" la sua spiritualità. Tutto ciò che mettiamo in atto a questo livello possiamo definirlo "spiritualità".

La stessa fede religiosa fa parte di questa dimensione. L'uomo non si accontenta mai della meta raggiunta. È spinto ad andare oltre, a superarsi; noi siamo cercatori di infinito. Gli interrogativi spirituali sono lì, nel profondo di ogni essere umano, pronti a emergere, a irrompere prepotenti specialmente al momento di una crisi, di una

malattia o di un lutto. Ecco quanto afferma M. de Hennezel:

“Ogni uomo di fronte all'imminenza della propria morte può essere indotto a porsi domande spirituali: qual è il senso della vita? Esiste qualcosa di trascendente? Quale sarà l'evoluzione del mio essere?...ma quale solitudine quando non si può dar voce a queste domande, quando non si può dividerle con un altro”⁽²⁾.

E. Kubler-Ross sostiene che ogni persona che si avvicina alla morte vuole guardare alla propria vita e rendersi conto se ha avuto senso⁽³⁾.

Il bisogno spirituale ignorato e trascurato può farsi sofferenza profonda, la quale va ad aggiungersi ad altre sofferenze.

Dare risposta a questo bisogno umano diventa un dovere di tutti. Seguire il malato nella sua dimensione spirituale non può essere un compito facoltativo o opzionale, ma un preciso dovere. È la globalità della persona che “si prende in carico”, non già una parte di essa. Come ci si prende cura del corpo e della psiche, così ci si deve prendere cura dello spirito.

Come? Dare assistenza spirituale non significa chiedere al malato di avere un atteggiamento religioso. Significa invece accompagnare la persona malata con il rispetto e la fiducia che le faranno capire di non essere ridotta al puro corpo che soffre, ma che in lei esiste un'altra dimensione, uno “spazio” sacro,

dove né malattia, né offesa, né morte hanno accesso, uno spazio intangibile dove la vita non viene meno: lo spazio spirituale abitato dal divino. Per il credente, il luogo dove abita Dio.

Ciò che dell'uomo si vede, si conosce, si analizza, si diagnostica; non è tutto. “L'essenziale non è visibile agli occhi” diceva Saint-Euxpery. L'essenziale rimane, per molti aspetti, mistero, non per questo va rifiutato o sottovalutato.

La richiesta spirituale non viene sempre espressa, da parte del paziente, in modo palese. Spesso si tratta di saper cogliere il linguaggio non verbale e i messaggi che manda. Per recepire le vere richieste del morente occorre andare oltre le parole, occorre l'osservazione attenta dei suoi atteggiamenti, del suo stato d'animo, delle sue espressioni del volto; per rendersi conto di quanto sta vivendo. Il più delle volte si arriva al tema “morte” per strade tortuose, in momenti imprevedibili e non programmabili. “Del resto, non è importante parlare di spiritualità al malato, è importante viverla”⁽⁴⁾. È importante lasciargli intuire quale significato può assumere, quale significato può dare al tempo che gli resta da vivere. È importante aiutare il malato a non identificarsi con la sua malattia, lasciargli capire che lui non è la sua malattia, ma una persona con la sua storia, il suo mistero.

L'accompagnatore riesce a fare

questo se crede nel “divenire” dell'altro, se crede nel lavoro interiore, misterioso ma reale, che si sta compiendo, se crede nella “trasformazione” che si sta attuando.

L'approccio alla morte è un lavoro interiore che, come sostiene M. de Hennezel, non si interrompe neanche nel coma. Aiutare un morente significa restargli accanto, metterlo a suo agio, stare ad ascoltarlo e, soprattutto, allearsi con le sue risorse interiori ed essere fiduciosi in ciò che sta per venire alla luce.

Il morente non ha tanto bisogno di essere “consigliato”, quanto di essere ascoltato. La qualità dell'ascolto empatico, rispettoso, non giudicante, favorisce la relazione col morente. La presenza silenziosa e amorevole lo fa sentire accolto, lo mette in condizione di poter esprimere le sue emozioni: ansia, angosce, dubbi, ribellioni, rabbia e le sue espressioni di pianto. Lo sfogo serve a ridurre lo stress ed a creare spazi di sostegno. Portare alla luce pensieri e sentimenti negati significa prenderne atto e abbandonarli, cioè fare un passo verso la liberazione. Esiste tutta una partecipazione calda e umana che aiuta a entrare in relazione con il morente: la cura del corpo, il contatto affettivo, i gesti quotidiani compiuti senza fretta che gli danno sollievo e lo fanno sentire “vivo”; come un massaggio, l'ascolto di una musica, l'offerta di un fiore, una carezza, un sorriso, il tenere la mano. Questi segni dicono a quale grado

di accettazione dell'altro si è giunti, quale importanza egli ha per noi, quanto siamo attenti ai suoi bisogni e rispettosi del suo passo.

Infine, occorre tener presente che il paziente sente quando si avvicina la morte. A volte pone domande che non lasciano dubbi: "Sono proprio grave? Non c'è più niente da fare?" oppure, dice: "Mi rimane poco tempo da vivere... Non ce la faccio più... Preferisco andarmene, anche se mi dispiace lasciare i miei cari...". Le risposte di chi accompagna devono essere vere e insieme rassicuranti. Perché non dire al morente le parole che vorremmo sentire all'approssimarsi della nostra morte? "Se il tuo cuore ti condanna c'è Qualcuno più grande del tuo cuore che ti perdona perché ti ama...". "La situazione è grave ma tu non sei solo. Sono qui con te...".

Per il credente la morte è preparata da gesti di fede che permettono di vivere momenti spirituali intensi, capaci di conferire forza e sollievo. La preghiera e l'affidamento a Dio

sono di grande aiuto e dispongono il morente al grande incontro con Lui.

Non possiamo però ignorare che il tempo del morire sia un tempo doloroso e difficile per tutti: pazienti, familiari, sanitari, volontari. Si tocca con mano l'impotenza, il limite, la finitezza; nessuno è in grado di impedire l'angoscia dell'altro, siamo però in grado di limitarla trasmettendo al morente la sensazione di essere protetto da una presenza amica; siamo in grado di impedire che questa sofferenza venga vissuta nella solitudine e di aiutarci reciprocamente, collaborando⁽⁵⁾.

Più che mai siamo convinti che la morte non deve essere affrontata da soli e che accompagnare il morente è una grande scuola di vita.

"La morte non è un fallimento. Fa parte della vita ed è un avvenimento da vivere".

"Morire è come nascere – dice E. Kubler Ross ...C'è sempre bisogno di qualcuno che presti assistenza...

alla fine, comunque, è sempre la madre che mette al mondo il figlio, ed è sempre il moribondo che porta a compimento la sua "nascita", volendo parlare per metafore"⁽⁶⁾.

Se il morire è il momento più sacro della vita perché ci conduce a una nuova "nascita", allora anche la morte assume tutto il suo senso ed il suo significato⁽⁷⁻⁹⁾.

Non ci fa più paura.

Bibliografia

1. Lukas E. *L'immagine dell'uomo nella logoterapia*. Roma: Stilgraf, 1987: 14.
2. De Hennezel M, con Leloup J-Y. *Il passaggio luminoso + l'arte del bel morire* 1998 Milano: Rizzoli, 1998: 1-5.
3. o. c. Cf p 31.
4. o.c. Cf pp 28, 29
5. o.c. Cf pp 52, 53.
6. Kubler-Ross E. *Impara a vivere, impara a morire*. Milano:Armenia, 2001.
7. Kubler-Ross E. *La morte è di vitale importanza*. Milano: Armenia, 1997.
8. Kubler-Ross E. *La morte e la vita dopo la morte, la nascita di una nuova vita*. Roma: Ed Mediterranee, 1991.
9. De Hennezel M. *La morte amica*. Milano: BUR, 1998.