

PROLOGO

SIAMO FATTI DI STORIE

Da bambino sono sempre stato affascinato dalle storie. Non da quelle dei libri, almeno non all'inizio, ma da quelle che si respirano nelle case, nelle stanze vissute, negli occhi delle persone che hanno un passato da raccontare. Ricordo con una nitidezza che non mi so spiegare i pomeriggi trascorsi a casa di mia nonna paterna: ogni giorno a pranzo da lei, poi il rosario recitato insieme alle inquiline del palazzo, sedute una accanto all'altra come un piccolo coro domestico che scandiva il tempo. E dopo il rosario arrivava il momento che preferivo: si parlava. Si aprivano i cassetti dei ricordi, dei dolori, delle fatiche, delle speranze. Io restavo lì, seduto in silenzio, incantato ad ascoltare.

Anche d'estate, quando trascorrevole le giornate dai miei nonni materni o a casa dei miei zii, c'era sempre qualcuno disposto a raccontare. Storie di quando erano giovani, di cosa facevano, di chi erano, di cosa avevano perduto e di quello che avevano trovato lungo la strada. Restavamo ore affacciati al balcone, con le sedie in strada (quando ancora si poteva fare), o seduti attorno a un tavolo, e io ascoltavo come se ogni parola fosse un seme che si posava dentro di me.

Mi affascinava il modo in cui il passato di una persona la accompagnava fino al presente, come se ogni vita fosse un lungo filo che univa ciò che era stato a ciò che sarebbe venuto.

Forse è stato lì, in quelle case piene di memorie, che ho imparato che ogni persona è una storia. Forse è lì che ho capito, senza saperlo, che le storie non servono solo a ricordare: servono a vivere. Sono una bussola, una lente, un modo per dare un nome alle esperienze che ci attraversano. Sono un modo per dire: "Io sono questo. Sono ciò che ho vissuto. E ciò che ho vissuto mi ha portato fin qui."

Non potevo immaginare allora che un giorno avrei scelto un lavoro fatto di storie. Che sarei entrato nella vita degli altri non per caso, ma per professione.

Che avrei ascoltato i racconti dei pazienti, dei colleghi, dei professionisti che ogni giorno si confrontano con la fragilità umana. E non potevo immaginare che la mia stessa vita, con le sue crepe e le sue rivelazioni, mi avrebbe riportato proprio lì, alle storie degli altri e alle mie.

Forse questo libro nasce da tutto questo. Dall'incanto dell'infanzia, dalle voci che mi hanno cresciuto, dai frammenti di vita che ho visto scorrere nei corridoi della sanità, dalle persone che ho incontrato, da quelle che ho perso, da quelle che porto con me. E dai professionisti che, anche senza volerlo, ogni giorno rivelano ciò che la cura non può insegnare ma solo mostrare: che dietro ogni ruolo, ogni camice, ogni numero di matricola, c'è sempre una storia. E che ascoltarla, a volte, è già una forma di cura.

Crescendo, ho incontrato molte persone, e ognuna di loro, anche solo per un breve tratto di strada, ha intrecciato la propria storia con la mia. Le nostre vite si sfioravano, si sovrapponevano appena, o camminavano insieme per un po', e in quel movimento reciproco accadeva qualcosa: loro lasciavano un segno in me, e io speravo di lasciare qualcosa a loro. A volte era un frammento di conversazione, altre volte un sorriso, un momento condiviso, un dolore riconosciuto.

In ogni incontro c'era un filo sottile che univa due esistenze, e quello che restava non era mai banale. Ci sono persone che ricordo per la loro energia, per quella luce negli occhi che si accendeva quando parlavano di ciò che amavano o anche quando raccontavano una sofferenza che avevano attraversato. Rimanevo stupito da quel brillare, da quella forza nascosta che alcune persone portavano con sé senza nemmeno accorgersene. Altre volte era una sintonia immediata, una sensazione di riconoscimento, quasi che le loro domande fossero le mie, i loro problemi una forma diversa dei miei stessi nodi interiori. Mi accorgevo che, pur camminando su strade diverse, a volte arrivavamo negli stessi luoghi della vita.

Ho avuto la fortuna, negli anni, di incontrare anche dei mentori. Non li ho scelti: li ho riconosciuti. O forse sono stati loro a riconoscere me. Persone che mi hanno affidato le loro storie con generosità, che mi hanno consegnato i propri insegnamenti senza pretendere nulla in cambio. Da ciascuno di loro ho ricevuto qualcosa che vale più di qualsiasi nozione tecnica: uno sguardo, un

modo di stare nel mondo, una postura verso la vita. Ognuno mi ha mostrato una forma di umanità possibile, diversa, complementare, e io ho cercato di farne tesoro.

Sono grato alle persone che ho incontrato perché in modi differenti mi hanno insegnato che ogni storia è una possibilità. Una possibilità di capire e di crescere, di diventare un po' più veri. E se oggi sento il bisogno di raccogliere storie, di ascoltarle, di custodirle e di restituirle con cura, è anche grazie a loro. Perché nulla di ciò che faccio nasce dal caso: nasce dalla traccia che le persone hanno lasciato in me. E, in fondo, nasce dalla speranza che anche le mie parole possano lasciare una traccia in chi le leggerà.

Anche nel mio lavoro, ogni giorno, incontro persone che portano addosso frammenti di vita. Alcune passano in fretta, lasciando appena un'ombra nei corridoi, altre restano per un attimo in più, raccontano, chiedono, a volte guardano in silenzio. Dietro ogni numero di matricola, dietro ogni nome scritto in un turno, c'è una storia che attende di essere ascoltata.

Lavoro da dieci anni nel mondo della sanità, e in tutto questo tempo ho imparato che la cura è fatta di più di ciò che appare. Non è solo un insieme di gesti, protocolli o competenze: è anche, e forse prima di tutto, un modo di essere nel mondo. Come scrive Luigina Mortari, «aver cura è un atto etico, un modo di tenere in vita la relazione, di restare fedeli alla presenza dell'altro» (Mortari, 2015, p. 12). Ma nel ritmo incalzante degli ospedali, nelle urgenze continue, questo modo di essere rischia di perdersi, travolto dal rumore delle cose da fare.

Per anni ho pensato che bastasse essere preparato, aggiornato, titolato, efficiente. Poi, la vita mi ha messo davanti qualcosa che ha cambiato la mia prospettiva per sempre: la malattia rara di mio figlio. Quel momento ha ribaltato ogni certezza, ha frantumato il confine tra chi cura e chi viene curato. Mi sono trovato dall'altra parte, nel lato fragile della cura, e ho capito, con la forza della necessità, che curare non basta: bisogna imparare a prendersi cura.

Prendersi cura significa accogliere la vulnerabilità come condizione comune, come linguaggio universale. È l'esperienza che Martha Nussbaum descrive come «intelligenza delle emozioni»: la capacità di riconoscere nell'altro la stessa fragilità che ci abita (Nussbaum, 2001).

Poco dopo, quasi provvidenzialmente, è arrivato il dottorato in Medical Humanities. È stato come trovare un linguaggio per dare nome a ciò che avevo vissuto. La medicina narrativa, la filosofia della cura, la riflessione pedagogica: tutte discipline che parlavano di ciò che avevo sempre intuito, ma non avevo ancora saputo dire. Non significava “umanizzare la cura” in senso generico, ma tornare all’umano: riscoprire la persona dentro il professionista, dentro il paziente, dentro il dirigente. Ritrovare l’uomo dietro il ruolo.

Nel mio lavoro quotidiano, in un ufficio infermieristico che, con una punta di ironia, i colleghi chiamano “il muro del pianto”, ho imparato che ogni giorno scorrono decine di storie non dette. Storie di rabbia, di solitudine, di dedizione silenziosa. Ogni richiesta, ogni conflitto, ogni fragilità nasconde un bisogno di essere visti. E allora ho capito che il vero compito di chi lavora nella gestione o nella formazione del personale non è solo “organizzare”, ma ascoltare.

Ascoltare per comprendere. Comprendere per trasformare. Da tutto questo è nata la mia idea di una formazione che non si limiti alle competenze tecniche, ma che tocchi la persona. Un percorso che intrecci Medical Humanities, Medicina Narrativa e Benessere Organizzativo, rivolto ai professionisti e ai futuri operatori della cura.

Nei laboratori che ho costruito, prima in azienda, poi in università, ho visto accadere qualcosa di straordinario: quando le persone cominciano a raccontarsi, l’ambiente si trasforma. Cade la distanza tra i ruoli, emerge la fragilità condivisa, si riaccende il senso. Le parole diventano strumenti di riconciliazione.

Rita Charon scrive che «la competenza narrativa permette ai professionisti di comprendere e agire sulle storie di malattia, restituendo voce a chi l’ha perduta» (Charon, 2006, p. 9). Ma spesso, a perdere la voce, non sono solo i pazienti. Anche i professionisti della cura, schiacciati da turni, richieste e burocrazie, finiscono per smarrire la propria.

Eppure, come ricorda Levinas, «la responsabilità verso l’altro precede ogni sapere, è la prima filosofia» (Levinas, 1961). Ritrovare quella responsabilità, attraverso le storie, è ritrovare sé stessi. Questo libro nasce da quel cammino. Non da un progetto accademico, ma da una necessità interiore: restituire sen-

so e voce alle persone della cura.

Le storie che troverai nelle pagine che seguono sono nate da percorsi formativi reali, da laboratori, da scritture spontanee di professionisti sanitari. Non sono racconti perfetti né costruiti: sono vivi. Raccontano ciò che accade quando la cura attraversa la vita, e quando la vita attraversa la cura.

Molti di coloro che hanno partecipato a questi percorsi hanno detto: “Non pensavo di avere qualcosa da raccontare”. Eppure, come scrive James Pennebaker, «scrivere delle proprie esperienze dolorose aiuta a comprendere il significato degli eventi e a integrarne l’impatto emotivo» (Pennebaker, 1997). Le parole diventano cura, e la cura diventa parola, mettendo ordine a quel caotico ballo delle emozioni.

Queste storie parlano di perdita e di rinascita, di fatica e di gratitudine. Parlano della cura come presenza, come resistenza, come gesto quotidiano. Sono state scritte da chi lavora nei reparti, negli ambulatori, negli ospedali o sul territorio. Da chi ha incontrato la malattia, la morte, la speranza. Da chi ha compreso che l’empatia non si insegna, ma si affina attraverso la vita. Ho voluto raccoglierle per costruire un manoscritto che non si legga solo con la mente, ma anche con il cuore, e nel cuore della cura. Un saggio che possa servire ai professionisti sanitari, ai dirigenti, agli studenti, ma anche a chi della cura è destinatario. Perché tutti, in modi diversi, viviamo la fragilità. E tutti abbiamo bisogno di ricordarci che, prima di ogni ruolo, siamo persone che si cercano, si prendono cura, si sostengono.

Come scrive John Dewey, «ogni esperienza autentica modifica chi la vive e, a sua volta, modifica il mondo che egli abita» (Dewey, 1938). Ecco, questo libro nasce per questo: per modificare un po’ il mondo, partendo dall’esperienza. Perché la cura non è solo una pratica sanitaria, ma una forma di educazione alla vita. E la narrazione, forse, è il suo linguaggio più umano.