

Pubblicato su Il Grande Vetro

Convivere con la psichiatria
Renato Palma

Convivere con la psichiatria, questo è il problema.

Perché gli psichiatri hanno la certezza della verità.

Pensate che meraviglia: il cervello trattato come un pancreas o uno stomaco qualsiasi.

Una visione molto semplificata della vita. Finalmente.

Il dottor Lenzi, nelle sue riflessioni di psichiatra biologico, sostiene, con grande fascinazione, che gli stati d'animo si originano nella mente.

E chi vuole o può metterlo in dubbio?

Sostiene anche, mi pare di capire, che noi siamo pura biologia. E anche su questo sono totalmente d'accordo. Non credo nell'esistenza dell'anima, non credo neanche in Dio, e sono convinto che anche lui non creda in me.

Da questo momento in poi cominciano le distinzioni, perché il cervello, a differenza del cuore, per parlare di un altro agglomerato specializzato di cellule, non serve solo a garantire la mia sopravvivenza biologica, a controllare e connettere funzioni che vanno dagli ormoni all'approvvigionamento di ossigeno e di nutrienti.

Mi serve per mettermi in relazione con il mondo e con me stesso, mi serve per capire cosa posso fare, e pensare, per rendere la mia vita non una mera questione di sopravvivenza, ma di qualità.

Dunque il cervello è l'organo relazionale per eccellenza.

Cosa significhi stare in relazione con il mondo è un po' complesso da spiegare in un articolo. Certamente lo impariamo nel lungo apprendistato formativo che si chiama infanzia, adolescenza, giovinezza, maturità, vecchiaia.

Gli strumenti per stare bene insieme agli altri, e soprattutto a se stessi, variano nel tempo e nelle diverse condizioni sociali: sono quindi prevalentemente culturali.

Questo vuol dire che non sono anch'essi governati da molecole? Certo che no, perché sarebbe folle negare la loro base biochimica.

Non sfuggirà allo psichiatra biologico che stiamo entrando in un discorso più grande di noi, certamente più grande di me, e che ha impegnato un numero enorme di uomini, che hanno dedicato la loro vita a pensare e porsi domande, che qualche volta li hanno resi felici, qualche altra infelici fino alla depressione. Sono secoli che indaghiamo su che cos'è che ci rende liberi di decidere, che cosa ci dà l'impressione di essere in grado di scegliere.

Hanno gli psichiatri biologici una molecola da somministrarmi nel caso mi senta incastrato nelle regole sociali o nelle trappole delle mie?

La pillola della libertà, che bello.

Oppure la pillola che fa diventare tutti saggi, o di sinistra, o comprensivi o affettuosi. Quella che trasforma un insegnante carogna, acido e cattivo in un amico collaborativo che tratta bene i suoi studenti e li rispetta?

Fin qui il problema della libertà individuale di provare a essere felici nonostante i limiti imposti dalla rete sociale e dalla fitta rete di connessioni biologiche che pure rende possibile pensarla, desiderarla.

Al problema della libertà è strettamente collegato il problema della sofferenza psicologica, quella sofferenza che possiamo definire non oggettivabile, nel senso che per i medici non ha “materia organica” e per gli psichiatri, giustamente, ce l’ha eccome.

La sofferenza può essere considerata come qualcosa che arriva senza nessuna rapporto con la vita e i suoi tentativi, o ha anch’essa una relazione con un’idea, una regola, una situazione?

Gli psichiatri pensano che la vita, la quotidianità, tutto quell’insieme di accidenti che stanno intorno, ad esempio, alla serotonina, possano restare al di fuori dei loro studi.

Non ti senti compreso, ti senti trattato male, hai avuto una delusione, non riesci ad adattarti, ti è morto un amico caro, è finito un amore o sei scontento di te stesso fino ad odiarti?

Che importa. Basta darti la giusta molecola che rimetta in equilibrio la biochimica del tuo cervello, e tu considererai la vita da un altro punto di vista. Non soffrirai più.

Ma a questo aveva già pensato A. Huxley, grande indagatore dell’animo umano, inventando il Soma, farmaco che avrebbe reso felici le persone anche in un situazioni di degrado umano e che, tra l’altro, il potere “consigliava” di assumere alla prima difficoltà.

Diceva Marina Cvetaeva, grandissima poetessa senza specializzazione in psichiatria, che c’è molta più psicologia nei poeti che negli psicologi, ed aveva ragione.

Questa rinuncia a volere capire, a stare in relazione con l’esperienza, rende difficile convivere con gli psichiatri, che pure hanno strumenti per alleviare la sofferenza.

Perché la loro certezza di poter fare a meno del paziente li spinge, spero senza volerlo, a credere che non sia necessario il dialogo.

Non c’è una persona, una vita, davanti a loro, ma un depresso, un ciclotimico, uno schizofrenico, un ossessivo compulsivo e, prima di tutto, un problema di molecole.

Questo li induce a non tener conto del paziente e a trastullarsi con le loro soluzioni, che nascono nella loro mente, nei loro studi, senza alcuna relazione con l’altro.

Allora perché non tentare di aiutare l’altro anche attraverso un buon elettroshock, o un buon coma insulinico, o qualche altra diavoleria nella quale disporre del corpo e della mente di chi a loro si affida, senza alcun limite che quello delle loro conoscenze?

Tutti quelli che hanno una formazione medica sanno che una terapia, un tentativo di aiuto, non può basarsi solo sulla somministrazione di farmaci.

La favola che possiamo curare un diabetico o un obeso o un fumatore senza aiutarlo a diventare padrone della propria vita, e sostenerlo per riuscire ad avere una relazione con se stesso meno conflittuale, non regge all’impatto della realtà.

La visione della psichiatria solo biologica è totalmente deresponsabilizzante: lasciati la vita alle spalle, entra nel magico mondo della psicofarmacologia dove c’è, o sta per esserci, una compressa per tutto.

In un tempo estremamente peggiore, e per fortuna lontano, la sofferenza psicologica, che anche allora disturbava la tranquillità dei benpensanti, era opera del diavolo. Se ne occupavano gli esorcisti, i quali non si ponevano il problema del rispetto per l'altro. Dal loro punto di vista avevano pienamente ragione: pensavano di avere a che fare con il diavolo. Qualsiasi sistema era ammesso.

E capisco che la situazione di coloro che non riescono a stare bene con se stessi, e con il contesto in cui vivono, sia molto migliorata da quando non vengono affrontati da energumeni, non subiscono prepotenze o violenze o trattamenti anche vagamente punitivi.

Una compressa che riduca il loro dolore, che permetta un respiro di sollievo, è la ben venuta, come la morfina quando occorre ridurre una lussazione di spalla.

L'idea però che la terapia non abbia niente a che fare con la restrizione della libertà percepita da chi soffre, con l'intollerabile dolore che si genera nel modo angoscioso di pensare e temere la vita, può spingere lo psichiatra a cercare un sempre maggiore potere terapeutico, liberandolo dal contesto, e quindi ad avere una pericolosa convivenza con quel potere che spesso è anche l'origine della sofferenza.

Convivere con la psichiatria sarà più facile quando sarà pervasa da un maggiore senso della complessità e della relatività. Altrimenti lo psichiatra rischia di chiudersi al mondo che lo circonda, per isolarsi nel suo laboratorio a cercare nuove magie da somministrare come improbabili panacee, al cui successo finirà per credere solo lui.