Rinascere dopo un cancro

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

«Un cancro è un'esperienza rivoluzionaria. E vivificante, nel senso etimologico. Certo, se ne esci vivo. E senza troppi problemi residui». Questo sostengono i pochi che riescono veramente a rinascere dopo un cancro. Non solo dal punto di vista fisico, ma soprattutto emotivo, affettivo, esistenziale, spirituale. I più hanno risposte diverse: rientrano nella vita di prima, come se quell'esperienza fosse un incubo da dimenticare presto. Un incubo da cui non si è appreso nulla. Altri restano annichiliti, anche se guariti: impauriti, vivono una vita contratta, da sopravvissuti. Con un'angoscia di fondo, una tristezza, che ha diverse radici: per la solitudine provata, quando forse si aspettavano maggiore affetto e solidarietà, anche in famiglia; per la sensazione di essere un numero, in ospedale, percependo a fondo, come non mai, il proprio essere una grano di polvere nell'indifferente vento del mondo; per un'astenia, una debolezza residua – che ha anche basi fisiche, troppo spesso trascurate dai medici – che li fa sentire ombre grigie senza più slanci verso il futuro; per la depressione che inquieta, e rende sempre più difficile gustare le piccole cose.

Qual è il segreto, invece, di coloro che riescono a entrare nell'abisso di una malattia potenzialmente fatale e uscirne più vivi di prima? Spesso è il carattere: quel dono misterioso che porta alcuni ad avere un amore viscerale per la vita. Un amore caparbio, che diventa più forte nelle avversità. Quel sentimento dell'effimero della vita, che si accende di mille antenne pronte a cogliere un palpito, un sussurro, un sorriso, una goccia d'acqua che scivola sul vetro; il profumo del glicine o dei tigli, o della legna, o del pane fresco appena comprato dal fornaio. Che durante la chemio pensano ai ricordi più belli della vita, per rivisitarli e finire con un sorriso, invece che col magone.

Oltre al carattere, una sorta di disciplina interiore: quasi un serrare i ranghi, come se si fosse in guerra. Una guerra di trincea: se vuoi sopravvivere, mantenere dentro quella compattezza mentale e fisica che ti farà sopravvivere, a volte anche di fronte a diagnosi tremende, devi togliere il superfluo e concentrarti sull'essenziale. Via le cose che non contano più, le conversazioni inutili, i lavori senza più senso, le relazioni senza più anima. Via tutte le trappole dell'abitudine. Via dai compiti interiorizzati, dal senso del dovere, dalla coazione a realizzare in modo più o meno consapevole i sogni dei genitori, o ambizioni figlie del conformismo più che di reali aspirazioni. E ripartire da sé: guardando al cancro come evento di chiusura della prima parte della vita, quale essa sia stata.

«Con la flebo al braccio – mi diceva una paziente – mi sono scoperta a pensare: se ne esco viva, cosa vorrei continuare della vita di adesso? Poco, pochissimo. Tanto per cominciare, me ne vado da questa città costosissima e con l'aria tossica, e mi trasferisco in un paesetto. Posso vivere con poco, i figli sono grandi, e di fare la nonna-colf a tempo pieno mi sono stufata. Se morissi, tutti si riorganizzerebbero. Mi regalo questi ultimi mesi o anni. E vedrò figli e nipoti per il solo piacere di abbracciarli. Prenderò lezioni di piano, e coltiverò orto e giardino». Passati otto anni, la signora è vivissima, in campagna. Felice del suo pianoforte e del suo gatto, del suo orto. E con una nipotina che vuole a tutti i costi andare a vivere da lei. A volte mi scopro a pensare che i pazienti che hanno il coraggio di cambiare davvero, hanno un'arma in più contro il cancro. Come se il loro

nemico interno si placasse, in un armistizio che a volte diventa una pace definitiva.
Indipendentemente dagli anni che restano, è l'intensità dell'assaporare ogni minuto e ogni dettaglio quello che rende queste persone profondamente consapevoli e felici. Certo, non dovremmo avere bisogno di un cancro, per vivere vite più autentiche. Ma – è un dato di fatto – chi il cancro lo ha avuto, e lo ha superato, e riesce a farne tesoro, è capace anche di pensare: «Questa, adesso, è una vita nuova. Che bello poterla vivere con la consapevolezza che ho. Adesso voglio proprio essere felice. Felice di me».