

**Filosofia** La malattia nel pensiero filosofico

# L'irriducibilità della relazione benessere-malessere

"Dal punto di vista filosofico, il "bene" è la via che conduce l'uomo alla conoscenza."

Giuseppe di Chiara

La società contemporanea pretende che l'individuo abbia una salute al massimo dei livelli e che egli sappia conservarla nel migliore dei modi. I consigli dal punto di vista salutare, veicolati dalla pubblicità o attraverso i media, sono sempre numerosi, e trasmettono immagini e idee che inculcano modelli non solo estetici, ma comportamentali, che l'uomo deve seguire. Eppure, lo stesso concetto di salute non deve essere accettato in maniera passiva, oltreché rigida, e – aggiungo – superficiale per certi versi. Se, infatti, la salute è universalmente considerata come la condizione di efficienza del proprio organismo corporeo, e vista quindi come lo stato di benessere psico-fisico che l'individuo percepisce del sé, essa non può che essere associata al concetto di benessere. Se io dovessi considerare questi due aspetti dal punto di vista concettuale, ovvero salute e benessere, come in un legame irriducibile dell'uno sull'altro, e talmente saldi da essere un'unica cosa, farei un errore!

Se la salute è legata al benessere, secondo una logica direttamente proporzionale, per cui tanto più l'individuo ha salute e tanto più egli percepisce e vive un benessere psico-fisico, allora io dovrei aspettarmi che il soggetto in salute debba necessariamente vivere un benessere; e, questa situazione dovrebbe continuare ad essere anche in senso inverso: se c'è benessere, c'è anche salute. Ebbene, qui, in questa sede e in questi termini riflessivi, la forma ipotetico-deduttiva del discorso è d'obbligo, in quanto, laddove si parla della humana conditio non può che essere utilizzata una forma di pensiero probabilistica, che tiene conto inevitabilmente d'una serie di variabili indipendenti, che sfuggono a qualsiasi controllo razionale aprioristico.

Personalmente, mi è capitato spesso di vedere persone apparentemente in salute, ma per nulla in benessere. Essere nel bene, o lo stare bene è condizione non certo frequente e, anzi, assai desiderabile! Io ritengo che i due termini non possano legarsi secondo una proporzionalità diretta, in quanto la loro relazione è controvertibile e, spesso, contraddittoria. Infatti, alcune volte, ho potuto appurare come l'uomo cerchi il benessere con tanto ardore e spasimo da non curarsi della propria salute, e anzi rimanendo nell'errore di considerare il benessere come la chiave per raggiungere la salute stessa.

Secondo i recenti studi di psicologia sociale, il benessere è uno stato psico-fisico che coinvolge tutti gli aspetti dell'essere umano, e caratterizza la qualità della vita di ogni singola persona. Inoltre, in vista di un sempre attuale ed auspicabile contatto dell'uomo con la natura, il benessere è la condizione di complessiva armonia tra uomo e ambiente; ciò, in quanto esso è frutto di un processo vittorioso di adattamento ai molteplici fattori che incidono sul proprio stile di vita. Inoltre, all'interno del concetto di benessere c'è il desiderio dell'individuo di ricercare il piacere della vita, di migliorare la propria



condizione psico-relazionale ed affettiva in termini di approccio alla socialità.

Dal punto di vista filosofico, il "bene" è la via che conduce l'uomo alla conoscenza e, oltremodo, è la guida morale in assoluto, tanto quanto è il sole che guida e dà ordine alla volta stellare nell'universo; Platone non si sbaglia quando, nel dialogo del Filebo, sostiene che il bene garantisce la desiderabilità della conoscenza, offrendo all'individuo le armi per condurre e dare significato profondo alle proprie azioni in senso valoriale e morale. Tuttavia, non può sussistere il bene senza considerare l'essere.

Il bene-essere è per l'uomo una pura armonia, è l'ordine che dà forma al caos delle nostre inquietudini esistenziali; pertanto, la proporzione è: il bene sta nell'essere, come l'essere sta nel bene. È chiaro quindi che la ricerca del bene è tanto naturale, quanto naturale è l'uomo che desidera raggiungere il bene con tutte le sue forze. Tuttavia, in senso morale, se la ricerca del bene-essere non è conformata al rispetto della salute, propria e altrui, essa è un vano cercare in senso egoistico; questo, perché benessere e salute, sebbene non vicendevolmente escludenti, possono esistere come elementi di valore individuale che, qualora armonizzati a formare un insieme unico, permettono il raggiungi-

mento dell'equilibrio organico e psico-fisico dell'individuo. Nell'uomo, avvertire quel particolare senso di benessere è segno di salute, sicuramente, ed è questo un fattore importante per la sua intera esistenza; tuttavia, il raggiungimento di quello status di pienezza ed armonia psico-fisica non è l'obiettivo fondamentale a cui tendere con tutte le proprie energie. Quale premio io potrei avere se, nel difficile compito di dirigere una orchestra, focalizzassi la mia attenzione e la mia cura su di un solo strumento o su d'una sola frangia di strumentisti? Così facendo, non giungerei affatto a formare alcuna armonia musicale e d'insieme. Dal punto di vista teleologico, quindi, il compito di ciascun individuo è quello di cercare e stabilire un'armonia interiore al proprio stato psichico e fisiologico, in modo da condividere benessere e salute, senza però fonderle, ma anzi rispettando la loro reciproca differenziazione di valore.

Quando, però, l'individuo non riesce a stabilire questa particolare armonia tra gli insiemi organici, allora la malattia si evidenzia come l'effetto di un male-essere, d'uno stare male. Il malessere è universalmente riconosciuto come uno stato di vaga sofferenza, o di leggera indisposizione fisica, che, per cause mai completamente chiare, provoca nell'individuo un senso di prostrazione e di inquietu-

dine in-terna. Tale indisposizione si lega ad uno stato di apprensione, angoscia e generale sfiducia. Tuttavia, va detto che il malessere non è il contrario di benessere, ma corrisponde ad una forma di mancato benessere, perché con esso vengono a mancare i presupposti d'una quantomai necessaria sintonia nella relazione "uomo-realtà", che appartiene invece al benessere. Inoltre, è interessante notare come, nell'individuo, benessere e malessere si rincorrono continuamente, alternando gioie e dolori, successi e fallimenti, sicurezze e stati d'ansia.

La malattia, così pure la salute, sono inevitabilmente effetti d'una causa su cui si dovrebbe maggiormente indagare in senso filosofico. Infatti, io credo che, se una persona è malata, la sua stessa malattia è dimostrazione d'una origine che è, forse, ben lontana da una facile o immediata interpretazione, o di una chiara spiegazione. Così pure per una persona in salute, sarebbe il caso di chiedersi il perché di tutto ciò, cercandone la causa che ha permesso di stabilire quel particolare stato psico-fisico salutare.

Solo per fare un esempio, in psicologia la malattia indica un disturbo e, di conseguenza, l'effetto di tale disturbo è la malattia stessa: è, questo, il modo meccanicistico di affrontare la questione. Noi tutti sappiamo