

In ricordo di Cesare De Silvestri

Ho conosciuto Cesare De Silvestri negli anni '70, quando entrambi frequentavamo la Clinica Psichiatrica dell'Università "La Sapienza" a Roma. Io ero allora un ancor giovane neo-specialista in Psichiatria. Lui, più anziano di me di quasi un ventennio, con una lunga esperienza professionale non solo di medico ma anche di giornalista e scrittore, era deciso a diventarlo.

Cesare voleva studiare la Psichiatria per acquisire qualifiche professionali e strumenti ulteriori con i quali diffondere in Italia il tipo di psicoterapia che aveva appreso alla Scuola di Albert Ellis, a New York: la RET (*Rational Emotive Therapy*, Terapia Razionale-Emotiva). Il suo entusiasmo per la RET aveva qualcosa non solo di contagioso, ma di trascinate, e direi di commovente. Tuttavia, ho apprezzato compiutamente il valore della RET, e in particolare del modo di praticarla da parte del dottor De Silvestri quando, qualche anno dopo, ho compreso con quale profonda umanità e quale efficacia essa gli permettesse di accostare i problemi emozionali di pazienti che sapevano di avere una malattia mortale ed una breve aspettativa di vita.

Cesare era contento che fosse stato questo motivo – il prendere atto della potenza della tradizione RET nel lavoro psicoterapeutico con pazienti che avevano ricevuto una diagnosi di malattia incurabile e una prognosi infausta – a convincermi del valore della RET, e lo scrisse. Pensava che la Scuola di psicoterapia a cui era con tanto entusiasmo affiliato avesse radici comuni con la filosofia stoica, e che queste radici fossero importanti nel permettere al terapeuta di continuare a lavorare serenamente e fruttuosamente, in psicoterapia, anche con pazienti la cui angoscia di morte avesse i più concreti motivi. Ed è così che ora ricordo Cesare, come un medico dell'anima che fu anche un filosofo stoico.

Il modo col quale Cesare ha affrontato una lunga e complessa malattia testimonia la serenità e la perdurante gioia di vivere di fronte alla prospettiva della fine (a cominciare dalla propria), che è il segno distintivo dell'autentica e più alta filosofia. Autentica ed alta, perché vissuta nella concreta realtà d'ogni giorno, non nelle accademie.

Cesare sapeva che, per usare un eufemismo, non poteva più certo aspettarsi una lunga vita, e che le limitazioni fisiche impostegli dalla malattia sarebbero state

crescenti – eppure continuava a curare con calma saggezza e con efficacia i suoi pazienti, continuava a incontrare e aiutare i numerosi allievi che aveva formato alla RET, e continuava ad esplorarla e divulgarla con i diversi strumenti che aveva messo a punto da decenni: libri, articoli, opuscoli, e un glorioso attivissimo sito internet. Le poche volte che riuscii ad andarlo a trovare negli ultimi tempi, mi parlò sempre sorridente – e quanto era autentico il suo toscano sorriso! – della breve prospettiva che aveva di fronte, soddisfatto di riuscire ancora a lavorare e pensare: anche adesso che non poteva più allontanarsi da casa, o tenere le apprezzate lezioni che tanti allievi delle scuole di psicoterapia di Roma e non solo di Roma ricordano.

Questa testimonianza di un amore consapevole per la vita che non cede neppure di fronte alla minaccia estrema non è l'ultimo o il minore dei lasciti, per cui oggi ricordiamo con stima, affetto e nostalgia il dottor Cesare De Silvestri.

Giovanni Liotti