

WALLACE SIFE

Addio,  
amico mio

ARMENIA

Titolo originale dell'opera:  
*The Loss of a Pet*

Traduzione dell'inglese di Valeria Pazzi

Copyright © 2014 by Wallace Sife, Ph.D.  
All rights reserved

This translation published under license  
with the original publisher Turner Publishing

Copyright © 2016 Armenia S.r.l.  
Via Milano 73/75 - 20010 Cornaredo (MI)  
Tel. 02 99762433 - Fax 02 99762445  
[www.armenia.it](http://www.armenia.it)  
[info@armenia.it](mailto:info@armenia.it)

Stampato da Grafica Veneta S.p.A.

*Alla pace e alla continuità, nel ricordo affettuoso  
del mio amico dachshund (bassotto) Edel Meister (1979-1987),  
e a tutte le sue anime gemelle che sono state amate,  
e alle brave persone che piangono  
la nostra comune perdita.*

*E...*

*ora voglio dedicare questa quarta edizione  
all'Association for Pet Loss and Bereavement  
(APLB), [www.aplb.org](http://www.aplb.org),  
e a tutte le persone speciali che  
hanno chiesto aiuto all'organizzazione,  
per poi diventare elementi vitali del suo staff unico,  
composto da amici affettuosi, nonché esperti di counseling.*



## Prefazione

Quando ho incontrato per la prima volta il dottor Sife, abbiamo parlato del suo interesse professionale nel counseling per la perdita di un animale da compagnia. Si era reso conto dell'importanza del rapporto uomo-animale da compagnia e pensava che la società avesse dedicato pochissima attenzione al dolore che le persone provano quando il rapporto finisce. Voleva unirsi al piccolo gruppo di professionisti della salute mentale che si occupava delle persone in lutto per la perdita del proprio amico animale.

Quando lo incontrai per la seconda volta, era lui a essere in lutto per la morte del suo animale da compagnia. L'improvvisa morte del cane Edel Meister lo spinse a unirsi all'Animal Medical Center's Pet Loss Support Group, il primo servizio nel suo genere in via di sviluppo.

Pur soffrendo per la recentissima perdita, il dottor Sife trovò la forza di offrire sostegno ad altri che si erano rivolti al gruppo. Che le perdite fossero recenti o di vecchia data, lui mise a disposizione la propria esperienza per aiutare gli altri a capire cosa stessero provando. Cominciò a parlare di scrivere un libro che potesse avere un valore terapeutico per gli altri. Il risultato è *Addio, amico mio*.

Scritto dal punto di vista di una persona in lutto, ma anche basato sulla sua formazione e vasta esperienza come psicologo. *Addio, amico mio* sostiene il diritto di chi ha perso un amico animale di provare qualunque sentimento venga spontaneo. Purtroppo molte persone costrette ad affrontare tale esperienza si scontrano con l'indifferenza e la mancanza di tatto da parte di parenti e amici. Il dottor Sife spiega come proteggersi da un ulteriore dolore, pur rimanendo disponibili a ogni tentativo, per quanto maldestro, di offrire conforto.

Le persone che hanno perso un amico animale, e coloro che le circondano, si chiedono perché l'attaccamento e il dolore siano così forti. Entrambi i gruppi si domandano fino a che punto tali sentimenti possono trascendere e diventare pericolosi. Wallace Sife spiega come l'interazione con un animale da compagnia possa essere ricca e fonte di sicurezza, offrendo anche alcuni esempi ricavati dalla sua vita professionale.

Il dottor Sife non si limita a descrivere i sentimenti di dolore e a spiegarne l'origine; fornisce delle proposte concrete per gestire le sgradevoli sensazioni di turbamento che accompagnano questo tipo di sentimenti. Il capitolo 5 è un ottimo esempio. Innanzitutto collega la rabbia, una fase assolutamente normale del lutto, alla frustrazione per la mancanza di controllo. In seguito, espone una tecnica per gestire la rabbia senza ferire né se stessi, né gli altri. Il dottor Sife suggerisce di annotare tutte le ragioni per le quali essere arrabbiati e poi di parlarne con amici fidati, cercando di vedere la situazione anche dal loro punto di vista.

Si tratta di un libro nato dall'esperienza personale, che illustra le opinioni del dottor Sife sulla perdita di un animale da compagnia. Il suo impegno appassionato a favore della crescita individuale e della felicità enfatizza l'invito ad accettare la realtà e a non rimanere legati al passato. I professionisti che leggeranno il libro scopriranno che il dottor Sife ha dato una nuova dimensione a vecchi concetti. Da ogni pagina del libro traspare il suo impegno ad alleviare la sofferenza. Con quest'opera ha messo in pratica uno dei suoi consigli, ovvero creare un ricordo perenne in onore di un cane molto speciale.

SUSAN PHILIPS COHEN, MSW, DSW, ACSW  
Ex direttore del Counseling  
Animal Medical Center  
New York City

## Tributo al cane

Il seguente discorso fu pronunciato dal defunto senatore del Missouri George Graham Vest nel processo intentato contro un uomo di Warrensburg che aveva intenzionalmente ucciso il cane del vicino. Il signor Vest rappresentava il querelante, che aveva richiesto un indennizzo di 200 dollari. Per effetto di questo discorso, la giuria, dopo solo due minuti di camera di consiglio, accordò al querelante un risarcimento di 500 dollari.

*«Signori della giuria: il miglior amico che un uomo ha in questo mondo può ribellarsi e diventare suo nemico. Il figlio o la figlia che ha allevato con amorevole cura possono rivelarsi degli ingrati. Coloro che ci sono più vicini e più cari, coloro a cui affidiamo la nostra felicità e la nostra reputazione, possono tradire la fiducia riposta in loro. In qualunque momento si può perdere il proprio denaro. Vola via, magari quando la persona ne ha più bisogno. La reputazione di un uomo può essere rovinata in un momento di sbandamento. Le persone pronte a inginocchiarsi davanti a noi nell'ora del successo sono le prime a scagliarci pietre nel momento in cui le nubi dell'insuccesso si addensano sopra di noi. L'unico amico totalmente altruista che un uomo può avere in questo mondo egoista, l'unico che non lo abbandonerà mai, l'unico che non si rivelerà mai ingrato o traditore, è il suo cane.*

*«Signori della giuria, un cane sta accanto al suo padrone in ricchezza e povertà, in salute e in malattia. Dormirà sul freddo terreno, là dove spirano venti gelidi e la neve cade copiosa, se solo può rimanere al fianco del padrone. Bacerà la mano anche se questi non può offrirgli cibo, leccerà le ferite e le piaghe causate dallo scontro con le asperità del mondo. Veglierà sul sonno del suo padrone indigente come se fosse un principe. Quando tutti gli altri amici si allontanano, lui rimane.*

*Quando le ricchezze si volatilizzano e la reputazione va in pezzi, il suo amore rimane costante come il sole nel suo viaggio attraverso i cieli. Se il fato spinge il padrone ai margini della società, senza più amici né casa, il fedele cane non chiede altro privilegio se non quello di accompagnarlo per proteggerlo dai pericoli, per combattere i suoi nemici e, quando arriva l'ultimo atto, e la morte ghermisce il suo padrone e il suo corpo è seppellito nella fredda terra, non importa se tutti gli altri amici proseguono il loro cammino, accanto alla tomba rimarrà il suo nobile cane, la testa fra le zampe, gli occhi tristi ma spalancati in vigile allerta, fedele e sincero perfino nella morte!»*

*Per gentile concessione del The Daily Star-Journal, Warrensburg, MO - Scolpito sull'Old Drum Memorial di Warrensburg, MO, 1870.*



# Introduzione

*Il dolore deve avere uno scopo e un senso;  
altrimenti è improduttivo e distruttivo.*

ANONIMO

Se siete una di quelle persone speciali che soffrono profondamente per la perdita di un animale da compagnia, questo libro è stato scritto per voi. Oppure, se avete accanto un animale che vi è caro, queste pagine possono aiutarvi ad avere maggiore consapevolezza e gioia della sua compagnia. Purtroppo tutti gli esseri viventi muoiono, pur non essendo mai veramente preparati a tale evento, per cui questo libro vi aiuterà a fare leva sull'amore per minimizzare il dolore e la sofferenza. Per tutti coloro che amano gli animali, il lutto non è altro che l'inizio di una celebrazione senza fine della vita felice e dell'amore specialissimo sperimentato insieme a loro.

Le precedenti edizioni del libro sono state definite una pietra miliare in questo campo. Nella nuova versione aggiornata abbiamo inserito le esperienze raccolte nel corso di vari anni di counseling con oltre 30.000 proprietari di animali nelle chat dell'Association for Pet Loss and Bereavement (APLB), [www.aplb.org](http://www.aplb.org). La teoria non può fornire gli stessi insegnamenti di un numero così alto di esperienze. I migliori esperti in materia si aggiornano continuamente e affinano le proprie competenze, peraltro già ottime. In qualità di fondatore e capo di questa fantastica organizzazione, rimango felicemente impressionato dal modo in cui reagiscono i partecipanti alle chat dopo aver interagito con noi. La nuova edizione del libro comprende queste ulteriori testimonianze.

Il contenuto di queste pagine vi aiuterà a rendervi conto che

non siete soli. Milioni di altre persone hanno sperimentato la vostra medesima angoscia. Gli ulteriori insegnamenti che abbiamo tratto da queste tragiche esperienze può aiutarvi ad affrontare e gestire in modo efficace l'evento. La presente edizione comprende inoltre i tipi di counseling più adatti per affrontare un dolore così unico. Spiegherà l'impatto terribilmente doloroso e sconcertante sulla vostra vita e vi mostrerà come gestirlo. In modo forse sorprendente, vi mostrerà anche come incorporare in seguito la tragica perdita nella vita futura, aiutandovi a diventare una persona migliore. Come vedrete, non è altro che amore.

Lo shock per la perdita di un animale caro e il lutto che ne deriva costituiscono uno dei traumi emotivi più profondi che si possano sperimentare, e non è proprio il caso di esserne imbarazzati. Grazie al libro riuscirete a capire e gestire meglio il senso di vergogna e d'isolamento imposto dalle convenzioni. Poiché fino a poco tempo fa si sapeva pochissimo di questo particolare tipo di lutto, viene spontaneo chiedersi se sia normale soffrire così tanto per la morte di un animale da compagnia. La morte di un animale amato può essere paragonata a quella di un bambino totalmente dipendente da noi, che ci adora ben oltre la nostra capacità di comprensione. Leggere queste pagine vi aiuterà a capire meglio perché questa perdita vi ha fatto piangere e soffrire in maniera così diversa da qualsiasi altra.

È importante sapere che i sentimenti fortissimi e i momenti irrazionali che sperimentiamo in questo periodo sono sintomi comuni a tutti coloro che si trovano nella medesima situazione. Purtroppo, a causa della carenza di informazioni, molte persone razionali s'interrogano sulle proprie sanità mentale e stabilità emotiva in momenti così devastanti sul piano nervoso. Sul piano mentale possiamo capire la morte di un animale da compagnia, ma a livello emotivo è un evento difficilissimo da accettare. Quando siamo in preda a uno shock e a un lutto così intensi, ci sentiamo straziati e abbiamo delle reazioni eccessive. Ciò che imparerete su voi stessi e sul vostro dolo-

re vi convincerà che non state uscendo di senno. La perdita di un animale caro è un terribile trauma emotivo; in queste pagine verrà chiarita la natura del dolore e della confusione che provate. Saperne di più sulle fasi inevitabili del lutto per un animale amato vi aiuterà a gestire la sofferenza in modo più efficace.

Nessuno vuole vivere in eterno. Se riusciamo a pensarlo anche riguardo ai nostri cari, tutto assume una luce nuova. Anche gli animali hanno un forte senso della dignità. È quindi opportuno applicare la stessa saggezza anche alla morte dei nostri amici animali. Può aiutarvi a venire a patti con il lutto. Con il passare del tempo, capirete meglio perché non c'è modo di esistere in questo mondo in continuo mutamento senza accettare perdite.

Mi sento chiedere spesso quanto tempo durerà questo terribile dolore. Non c'è una risposta facile, poiché i fattori in gioco sono troppi e diversi da persona a persona. Alcuni di questi saranno esaminati nei capitoli successivi del libro. Ma è bene sapere che possiamo favorire il processo di guarigione cambiando o modificando alcune abitudini giornaliere riguardanti l'animale deceduto. Inoltre lasciare in giro per casa troppi oggetti che ricordano l'animale può avere effetti sconvolgenti. Sarebbe utile eliminarli o ridurne il numero, magari non subito. Inoltre, se concediamo a noi stessi di parlare liberamente della perdita e del dolore che proviamo, il periodo di lutto sarà più breve e costruttivo. Così facendo, lasciamo emergere un po' della nostra pena, dando spazio alla guarigione. Anche ricordare e condividere i momenti felici favorirà la guarigione, onorando al tempo stesso i nostri tesori.

Alcuni studi clinici hanno rivelato che determinate persone hanno problemi specifici tali da non permettere un'elaborazione completa del lutto. Pertanto essi soffrono molto più di quanto dovrebbero e convivono inutilmente con il dolore per anni, a volte addirittura per sempre. La sofferenza può essere così straziante che, in un primo momento, crediamo di dover soffrire per sempre. È quindi assolutamente essenziale permettere a noi stessi di guarire.

In caso contrario, «giriamo a vuoto» e rimarremo impantanati nella nostra infelicità. Queste pagine vi aiuteranno a vedere le cose da un nuovo punto di vista.

Gli esseri umani sono creature abitudinarie e strutturate. Troviamo sicurezza nel ripetere gli stessi gesti e nell'ordine costituito. I legami individuali creano potenti schemi inconsci per i nostri comportamenti. Vivere con un animale da compagnia per un lungo periodo produce nuovi modelli comportamentali che vengono inglobati in ciò che siamo. Tutti noi adattiamo con amore i nostri stili di vita a quelli del nuovo adorato membro della famiglia, da cui ci faremo condizionare totalmente. La nuova modalità di vita con l'animale diventa una routine, e ci abituiamo a credere che non finirà mai.

Ma purtroppo non è così, un brutto giorno all'improvviso il nostro amico se ne va! Indipendentemente dall'età e dalla salute del nostro compagno, non siamo mai veramente pronti a questo evento. Lo shock che ne consegue è una reazione inevitabile, che non può essere ignorata. Tutta la nostra vita è preda di un violento sconvolgimento emotivo. È come precipitare in una buca profondissima. Dovete darvi tempo e avere pazienza, e questo libro v'insegnerà a farlo. Il lutto è un processo lento caratterizzato da varie fasi. Leggere e imparare come affrontarle vi sarà di grande aiuto.

Forse ci sono stati casi in cui avete dovuto, a causa dell'insensibilità altrui, rimanere sulla difensiva e non esternare il lutto. Non possiamo evitare i contatti con chi afferma che il dolore per la perdita di un animale non è un vero lutto, perché in definitiva è solo un animale e si può facilmente sostituire. Tali risposte da ignoranti riflettono soltanto i limiti o i problemi di queste persone e non devono diventare le nostre, soprattutto in questo penosissimo momento di perdita. Persone così ciniche non hanno mai conosciuto l'amore insostituibile di un animale e, di fatto, non hanno nessun diritto di giudicarci in questo momento di angoscia. Non sono amanti degli animali e, pertanto, non hanno la saggezza

che tale esperienza regala. Ma siate grati a chi cerca sinceramente di alleviare la vostra pena, anche se in modo goffo. Queste pagine vi aiuteranno a fare questa importante distinzione. Troverete un capitolo specifico sull'argomento.

Persone animate dalle migliori intenzioni cercheranno di spingerci ad avere un atteggiamento allegro. Vederci piangere le turba e non si rendono proprio conto che dobbiamo attraversare una fase necessaria di lutto. Bisogna quindi imparare ad avere pazienza con queste persone e con la loro incapacità di capire la profondità del nostro sentimento.

In questo particolare momento di bisogno, abbiamo l'impressione che pochissime persone si rendano conto dell'intensità del nostro dolore. Come autodifesa, ridefiniamo i rapporti con gli altri, compresi gli amici più cari e i membri della famiglia. Gli effetti possono essere molto spiacevoli, talvolta peggiorano la situazione. Ma dobbiamo anche imparare a essere cauti, a evitare reazioni eccessive di astio che in questa fase vengono spontanee, ma di cui in seguito potremmo pentirci. Il senso di sconforto e di rabbia giustificata, in questa fase d'instabilità, può prevalere sul comune buon senso. È un momento in cui siamo particolarmente vulnerabili, ma in un modo o nell'altro dobbiamo guardare in prospettiva cosa è meglio per noi. Ciò può significare non prendere decisioni impulsive, indipendentemente dal disagio e dalla reattività del momento.

Per molti validi motivi il lutto per un animale da compagnia può essere anche più intenso di quello provato per un essere umano. Spiegheremo meglio questa affermazione nel prossimo capitolo. Il dolore attuale è tremendo e può essere molto destabilizzante. In effetti, state piangendo la perdita non solo dell'amico più caro, ma anche di un membro della famiglia, né più né meno. È interessante notare come molti, parlando dei propri animali, li chiamino i miei «bambini pelosi» o la mia «anima gemella». Oltre a essere dei sostituti dei bimbi, sono anche i nostri migliori amici,

prediletti e alter ego. Il lutto per questa particolarissima perdita è molto doloroso e apparentemente senza fine. Imparare a gestirlo vi sarà di grande aiuto.

La morte, in generale, è un argomento con cui la maggior parte degli occidentali si trova a disagio. In effetti, molti ne hanno timore ed evitano perfino di pensarci. Ogni discussione sull'argomento è problematica, se non impossibile. La gente non sa come parlarne senza provare imbarazzo, rifiuto o tensione. Si usano spesso degli eufemismi, che mirano a fornire espressioni «edulcorate» per termini e pensieri più specifici.

Scoprirete che parlare della scomparsa del vostro adorato amico diventa molto difficile o stressante quando s'interagisce con persone dotate di scarsa empatia, o incapaci di capire la vostra perdita. Da sempre la tradizione e le religioni occidentali hanno evitato il tema della morte di un animale da compagnia, lasciandone esclusivamente la responsabilità e il carico al proprietario confuso, malinconico e in lutto per la perdita del suo caro amico. Fino a poco tempo fa, ogni persona doveva affrontare questa sofferenza in solitudine. Ma ora siamo diventati parte di una comunità grandissima e in continua crescita all'interno di una società in perenne cambiamento. Per quanto all'inizio vi sembrerà di essere isolati nel vostro dolore, capirete ben presto che non è così.

Di anno in anno le esigenze particolari connesse a questo tipo di lutto vengono via via soddisfatte.

La APLB è un servizio utilissimo e straordinario concepito per gestire le problematiche della nostra comunità. Visitate il sito web: [www.aplb.org](http://www.aplb.org), pensato come un complemento perfetto a questo libro.

Se è disponibile, il counseling pastorale individuale focalizzato sul lutto per un animale può essere di aiuto. Purtroppo le principali religioni non contemplano la gestione della morte degli animali da compagnia, anche se moltissimi di noi credono che il concetto di anima comprenda tutti gli esseri senzienti in grado di dare amore.

Questa idea, tuttavia, spesso è accolta con scetticismo e dubbio. Solo recentemente la teologia si è adeguata in modo tale da affrontare il problema della morte e del lutto per un animale da compagnia. Questo libro presenta un capitolo unico nel suo genere, in parte composto da brevi articoli scritti da alcuni leader religiosi. Esso si conclude con una sezione speciale dedicata a chi non crede nell'anima o in nessuna religione. La sezione speciale spiega «il dopo vita» da un punto di vista completamente inedito, basato esclusivamente sulle moderne teorie scientifiche e cosmologiche. Si tratta di una tesi unica, che è già stata di grande aiuto a moltissime persone in lutto che altrimenti si sarebbero sentite perse o escluse. Leggere i vari punti di vista vi aiuterà a capire meglio la questione.

Gli animali sono diventati membri sempre più importanti e amati della maggior parte delle famiglie. A parte le cure veterinarie, il giro di affari per le necessità e le cure degli animali da compagnia ammonta a 53 miliardi di dollari l'anno nei soli Stati Uniti, una cifra incredibile in costante crescita. È una pressione economica che ci influenza molto attraverso la pubblicità sui mezzi d'informazione, i prodotti sugli scaffali, nuovi lavori nell'industria e molti altri aspetti che riguardano la vita quotidiana. Mai come in passato, oggi si vedono immagini di animali su Internet, in televisione e al cinema. Inoltre sono citati nella letteratura contemporanea e perfino nelle canzoni. Gli Stati Uniti sono una nazione di animali da compagnia; il dolore che si prova per la loro perdita è un argomento compreso, rispettato e accettato sempre di più.

Oggi non ci si stupisce più quando si sente parlare di gente profondamente addolorata per la perdita del proprio amato animale. Purtroppo in passato questo stato d'animo era tenuto «sotto chiave» o accantonato come indice di debolezza personale. Ma da quando è diventata una vicenda umana di cui si sente sempre più parlare, il messaggio che ne deriva è molto incisivo. Nei soli Stati Uniti c'è un numero enorme di animali da compagnia di ogni genere. A parte gli uccelli e altre specie più rare di animali, ci sono

più di 78 milioni di cani e 86 milioni di gatti, molti dei quali ogni giorno muoiono. Milioni di noi ogni anno devono affrontare la morte di un amico animale e tutti, a vari livelli, ne soffriamo. Considerato il grandissimo numero di persone così emotivamente coinvolte, il lutto per un animale da compagnia è un evento sociale sempre più accettato. Non solo: ora è molto più facile trovare un counselor o un gruppo di supporto per superare il lutto, benché siano ancora troppo pochi.

I cambiamenti dinamici della civiltà contemporanea stanno determinando la scomparsa sia delle grandi famiglie con padri, madri, nonni e zii, sia un calo nel numero dei componenti della famiglia. Contestualmente a una popolazione in rapidissima crescita, ci sono molti più single, divorziati e vedovi/e che non in passato. Non c'è dunque da stupirsi che queste persone possiedano molto più di altri degli animali da compagnia. Le persone sole, in particolare, sono ben consapevoli dell'amore, della compagnia e degli effetti terapeutici assicurati da un animale, tutte cose che li arricchiscono e li sostengono.

Per molti versi, il fido animale diventa un simbolo del nostro Io più profondo, una specie di alter ego. Rappresenta l'innocenza e la grazia che percepiamo, ma che non possiamo esternare agli altri esseri umani. Senza un animale amato, questa importante scoperta di noi stessi potrebbe non avere mai luogo. È solo uno dei tanti motivi che giustifica l'intensità del dolore e del lutto per la morte di un animale amato. È come se la parte migliore di noi fosse morta insieme al nostro amico, e quindi piangiamo anche per questo. Un'altra cosa che ci colpisce è il fatto che anche gli animali hanno un'anima, e noi soffriamo per questa particolare perdita. Si tratta di un lutto totalmente diverso da quello che si prova per un essere umano e quindi è sbagliato fare paragoni. Il libro esaminerà la questione nei dettagli.

Vogliamo credere che il nostro adorato animale sia andato in qualche altro regno e che un giorno o l'altro ci rivedremo. Benché



nessuno conosca la risposta, se ne parla pochissimo, lasciandoci più che mai confusi in un momento di bisogno durante il quale siamo estremamente vulnerabili. Ma fate attenzione: purtroppo ci sono persone che proveranno a convincervi di potervi mettere in contatto con l'animale defunto. Il dolore e la vulnerabilità rischiano di rendervi un bersaglio involontario e, in seguito, potreste pentirvene.

Quando inserivamo la chiave nella toppa e aprivamo la porta, chi non ha sperimentato quel particolare entusiasmo e quei calorosi saluti? Il nostro ritorno a casa era sempre un momento importantissimo per l'animale. Negli anni eravamo abituati a vederci accogliere in maniera speciale, che fosse un miagolio, una coda scodinzolante o tantissimi baci. E questo era solo uno dei tanti modi per dimostrarci il loro amore. Ora, invece, il ritorno a casa avviene nel silenzio e la casa è terribilmente vuota, anche se la presenza del nostro amico aleggia ancora ovunque. Nella prima fase non è insolito immaginare per un breve istante di cogliere un barlume o udire un suono fugace del nostro amico. È un fenomeno assolutamente normale, che molti di noi hanno sperimentato. Dopo la perdita viviamo ancora nell'eco dei comportamenti amorevoli diventati parte integrante del nostro modo di vivere. Occorrono tempo e tantissime lacrime terapeutiche.

Per alcuni, la perdita di un animale caro assume anche un altro significato. Ci sono molte persone stravolte dal dolore che hanno perso il loro animale, nel senso letterale del termine. Indipendentemente dal fatto che la scomparsa sia legata a una fuga, a circostanze imprevedibili o a un furto, i proprietari sprofondano in una terribile crisi che non ha paragoni con nessun'altra. Fra tutte le altre angosce, soffrono e sono preoccupati all'idea che il loro animale sia stato venduto ai laboratori di esperimenti, o che sia rimasto ferito o ucciso in un incidente o da altri animali. Potrebbe anche essere finito, non identificato, in qualche struttura pubblica dove poi verrà soppresso, come accade ogni anno a milioni di poveri animali

randagi. La perdita connessa a un animale scomparso è particolarmente orribile, in quanto di solito non c'è un lieto fine. Anche i proprietari di questi animali sono in lutto e attraversano tutte le dolorose fasi che troverete esposte nel libro, soprattutto quella relativa al senso di colpa. È proprio pensando a loro che abbiamo aggiunto un capitolo specifico.

In questo particolare frangente le persone su cui contiamo di più forse non reagiranno in modo adeguato ai nostri bisogni e alle nostre aspettative. Saremo perciò fortunati se troveremo, generalmente nel proprietario di un altro animale da compagnia, un nuovo amico comprensivo e caritatevole, in grado di condividere sentimenti e reazioni così particolari. È una comprensione fantastica, ma troppo rara. Finora ci sono state pochissime pubblicazioni sull'argomento. Ma la situazione sta cambiando. Questo libro sarà la vostra guida verso tale comprensione.

Nel 1987 il mio adorato bassotto, Edel Meister, è morto in maniera del tutto inaspettata. Ma sembra che siano trascorsi solo pochi anni. Malgrado la mia vasta preparazione nei campi della psicologia e della gestione del lutto, il dolore era profondo e inconsolabile. Attraversai come minimo due settimane di abbattimento prima di riuscire anche solo a concepire di poter tornare alla normalità. A quell'epoca il lutto per un animale da compagnia non era né compreso, né rispettato, tranne in qualche piccola isolata cerchia. Ho cercato di farmi dolorosamente strada da solo attraverso gli ostacoli del dolore e della debolezza emotiva per riuscire infine a farmi un'idea del significato del lutto. Dopo molto tempo e moltissime lacrime, sono diventato una persona diversa. Grazie a molte ricerche e stimolato da questa nuova conoscenza, ho deciso di scrivere il libro che io per primo avrei voluto leggere. Vuol essere un'affettuosa testimonianza vivente alla memoria del mio adorato Edel Meister, e a tutti gli altri meravigliosi animali vissuti nel mondo attraverso le epoche. È la migliore commemorazione che io possa dedicargli e desidero condividerla con voi.

Fui onorato quando i lettori della prima edizione di questo libro mi chiesero di dare vita a un'organizzazione apposta per loro. Così è nata la APLB. Attualmente collaborano molti volontari, bravissimi, che supportano chi deve affrontare il lutto per un animale caro. Aiutare altre persone che soffrono per la perdita del loro animale e che si sentono sole dà loro una sensazione unica di gratificazione personale. La vita di questi splendidi operatori è una commemorazione vivente, un onore alla memoria dei loro animali deceduti. Secondo modalità diverse, i nostri amatissimi amici animali ci hanno reso tutti persone migliori. Siamo tutti sulla stessa barca.

Questo libro speciale vi darà ciò di cui avete bisogno per affrontare le fasi strazianti del lutto. È offerto con compassione, comprensione e partecipazione, nella speranza che il vostro caro sia fonte d'ispirazione per trarne beneficio, superare l'angoscia e crescere.

WALLACE SIFE  
Brooklyn, New York

# Indice

<i>Tributo al cane</i> .....	»	11
<i>Introduzione</i> .....	»	13
Capitolo 1 - Il legame uomo - animale.....	»	25
Capitolo 2 - Responsabilità .....	»	49
Capitolo 3 - Il processo del dolore .....	»	63
Capitolo 4 - Shock.....	»	79
Capitolo 5 - Negazione e incredulità.....	»	87
Capitolo 6 - Rabbia, alienazione e allontanamento ...	»	101
Capitolo 7 - Senso di colpa .....	»	119
Capitolo 8 - Depressione.....	»	135
Capitolo 9 - Risoluzione (Chiusura) .....	»	145
Capitolo 10 - Altri tipi di perdita.....	»	155
Capitolo 11 - Un altro animale?.....	»	169
Capitolo 12 - I bambini e la morte di un animale da compagnia.....	»	181
Capitolo 13 - Eutanasia.....	»	201
Capitolo 14 - Disposizioni finali (Post mortem) .....	»	225
Capitolo 15 - Counseling di sostegno .....	»	233
Capitolo 16 - La religione e la morte degli animali ...	»	245
Capitolo 17 - Alcuni suggerimenti pratici .....	»	273
<i>Appendice per l'edizione italiana</i> .....	»	281
<i>Risorse disponibili in Italia</i> .....	»	283
<i>Cimiteri per animali in Italia</i> .....	»	289
<i>Siti dedicati agli animali scomparsi</i> .....	»	293
<i>Altro materiale sull'eutanasia</i> .....	»	297
<i>Glossario</i> .....	»	299
<i>L'autore</i> .....	»	305
<i>Epitaffio</i> .....	»	309