

La legittima difesa. “Non lo rifarei”: il peso morale di chi si è difeso

23 Ottobre 2025

La legittima difesa (11). “Non lo rifarei”: il peso morale di chi si è difeso



di Luca Orlando

“Ho salvato la mia vita, ma non so se lo rifarei”.

È una frase che si sente spesso nei processi per legittima difesa da parte degli imputati. Persone che hanno reagito a un'aggressione, che hanno colpito, magari ucciso, e che ora non **lottano** solo per un'assoluzione giuridica, ma per una pace interiore che sembra irraggiungibile.

Perché difendersi è un diritto, ma lascia comunque un segno.

Sul corpo, certo, ma soprattutto nella mente.

Sotto la superficie della **cronaca**, dei titoli a effetto e

delle semplificazioni politiche, c'è una dimensione emotiva che raramente viene affrontata: quella del rimorso.

Non il rimorso del colpevole, ma quello, più silenzioso e profondo, del sopravvissuto.

Chi ha premuto il **grilletto**, scagliato un colpo, agito d'istinto per salvarsi, può ritrovarsi spesso a rivivere quell'istante.

Non sempre con sollievo.

A volte con un dolore sordo, con il dubbio di aver esagerato, con il terrore di essere diventati ciò che si temeva.

Gli psicologi parlano di “stress post-traumatico da sopravvivenza attiva”.

Una forma di **trauma** che colpisce chi è uscito vivo da un evento violento avendo reagito con forza.

È una condizione diversa da quella della vittima passiva: qui il peso morale è amplificato dal fatto di aver scelto di colpire, di aver causato dolore, anche se per legittima difesa.

In molti casi, la giustizia assolve.

Ma la coscienza, quella, condanna.

“Non volevo uccidere” è la frase più ripetuta nei verbali.

Non è una scusa.

Nessuno di questi imputati, prima, aveva mai immaginato di dover decidere tra la propria **vita** e quella di un altro.

Questo aspetto, troppo spesso ignorato, andrebbe invece messo al centro.

Esso, infatti, racconta molto della complessità della legittima difesa.

Non è solo questione di codici e proporzione.

È una **ferita** aperta nell'anima di chi, per vivere, ha dovuto colpire.

Una ferita che non si rimargina con una sentenza di assoluzione.

Lo Stato dovrebbe accompagnare queste persone non solo nel processo, ma anche nel dopo.

Offrire **supporto** psicologico, reinserimento, strumenti per elaborare quanto accaduto. Perché chi si difende non diventa automaticamente forte.

Spesso, diventa fragile.

Eppure, quella fragilità viene ignorata, archiviata insieme al fascicolo giudiziario.

Raccontare il dolore di chi si è difeso è importante, perché ci ricorda che la legittima difesa non è mai un trionfo.

È una *resa necessaria alla necessità*, un gesto **estremo** in risposta a un pericolo altrettanto estremo.

E anche se legittima, resta una sconfitta: per la persona, per la comunità, per il sistema che non ha saputo prevenire.