

## L'arte del prendersi cura

*Arte antica e troppo spesso dimenticata.*

Trovo straordinario che la cura venga definita "arte" e non scienza o prassi... Nella definizione di arte si trova un intero universo di significati inesprimibili in modo differente. Il prendersi cura è un atto creativo, è un gesto che modifica l'esistente generando bellezza. È un atto rivoluzionario che modifica lo scorrere grigio delle cose con i colori dell'attenzione, dell'ascolto, dell'amore. È, come l'arte, unico, irripetibile, inciso nella storia e nello spazio, e come l'arte è un bisogno pienamente umano.

Allora trovo spunto dall'arte, dalla musica in questo caso, per riflettere sul prendersi cura.

Ricordo bene, come molti fra voi, le parole straordinarie di una canzone di Franco Battiato: La Cura.

La cura, per il cantautore, si traduce in gesti, in un'attenzione continuamente centrata sull'Altro da sé, in una lettura minuziosa delle debolezze dell'altro ma priva di ogni giudizio. La fragilità di chi mi sta accanto è un dono da accogliere e custodire. Come la mia fragilità.

"Ti proteggerò dalle paure delle ipocondrie, dai turbamenti che da oggi incontrerai per la tua via. "

Perché inizia con la protezione? Cosa vuol dire proteggere? Etimologicamente rimanda al senso del coprire, coprire perché nulla faccia male. Le nostre case, luoghi in cui si pratica l'arte della cura, devono essere luoghi di protezione. Non campane di vetro sotto cui riparare dalla vita ma luoghi in cui la presenza degli altri rende più forti, più capaci di reggere l'urto, di affrontare le paure, i turbamenti, il possibile disagio che comunque, inevitabilmente "incontrerai per la tua via", portandotelo dentro.

Ma soprattutto "dalle ingiustizie e dagli inganni del tuo tempo". Il processo di cura non è mai chiuso in se stesso, non si risolve in una relazione duale. È attento al tempo ed al mondo, è socialmente connotato. Non ci può essere cura delle dipendenze, del disagio, delle paure dell'uomo, se non c'è contemporaneamente l'esigenza e la costruzione della Giustizia sociale. Le nostre comunità devono allora essere luoghi protetti, ma con le finestre spalancate sull'ingiustizia del mondo a cui appartengono. Luogo di cura e laboratorio valoriale sempre vivo per la costruzione di una città degli uomini rifondata sulla giustizia e sulla legalità. Le nostre comunità, le nostre case... I luoghi in cui tutti noi, quotidianamente, sperimentiamo il gusto amaro del fallimento, della debacle educativa, "i fallimenti che per tua natura normalmente attirerai". Che consolazione, nella poesia, di quell'espressione "per tua natura"! È come dire che il fallire, il cadere, il perdere e perdersi sia inesorabilmente inscritto nella nostra umanità, che siamo esseri fallibili e per questo meravigliosamente preziosi, come gli oggetti più fragili e perfetti. Inesorabilmente fragili. Tutti. Chi si prende cura assieme a chi è curato. Ogni volta che penso alla parola fragilità, mi vengono in mente quegli enormi pacchi tetragoni al cui interno si nasconde, si preserva, qualcosa di piccolo, di fragile, di prezioso. Accanto all'etichetta fragile, è apposta un'altra etichetta "maneggiare con cura". È lì che comincio a pensare a quanto dolore provochiamo nell'altro quando non cogliamo il senso delle sue ferite. E spesso sono le ferite altrui, paradossalmente, a stimolare il nostro crudele narcisismo.

Ed emerge il fariseo: non sono come quello lì, pago sempre le decime, digiuno, etc., cioè io sono migliore.

Talvolta sono proprio i dolori degli altri a nutrire il nostro "IO". E Dio? Come deve essere infelice! Un Dio che nel momento della creazione è diventato ostaggio di ciascuno di noi. Un Dio che non può permettersi di perdere nessuna delle sue creature. Un Dio piccolo, fragile, in nostra mano. Non nel senso che possiamo muoverlo come vogliamo, ma un Dio a cui facilmente possiamo provocare nuovi dolori. Un Dio amore, "impotente", che si ferma sulla soglia della nostra libertà, sulla soglia del nostro "no".

I miei ragazzi mi hanno insegnato questo: il grande dolore di Dio. Dolore che si mitiga ogni qualvolta il loro sguardo si volge verso di Lui, perché quello sguardo rivolto verso di Lui è per permetterGli di irrompere nella loro vita. Quel dolore si mitiga ogni qualvolta riescono a perdonare e a perdonarsi, ogni qualvolta il rancore e la rabbia cedono il posto alla speranza.

Ed è lì, nel luogo in cui nasce la speranza, che uomini ugualmente fragili possono sollevarsi a vicenda: "Ti solleverò dai dolori e dai tuoi sbalzi d'umore, dalle ossessioni delle tue manie." Un altro verbo incantevole, salvifico, ma spaventoso nel carico di responsabilità che si porta dietro. Sollevare vuol dire innanzitutto farsi vicini, diventare prossimo. Vicini al cuore dell'altro, ai suoi angoli bui, alle sue facce più difficili da guardare, più fastidiose. Avvicinarsi senza reticenze e paure, come Francesco d'Assisi al lebbroso, nella capacità e nella stupenda follia di chi sa cogliere l'altro senza remore. E poi chinarsi. Per sollevare devi necessariamente chinarti, cambiare prospettiva e livello, inginocchiandoti, perché non ci si può sollevare

che insieme. "Non c'è in un'intera vita cosa più importante da fare che chinarsi perché un altro, cingendoti il collo, possa rialzarsi".

Ma si solleva, anche, dando speranza. La speranza è il motore ed il fine di ogni prendersi cura, è ciò che contro tutto e tutti mi spinge ancora a dire "ne vale la pena". Che meraviglia quando la canzone, in un impeto di speranza poetica e profetica sfida le forze della natura e del cosmo, il tempo e la morte, che esaltazione della speranza! "Supererò le correnti gravitazionali, lo spazio e la luce per non farti invecchiare." E non è un delirio di onnipotenza da innamorati, non è follia. È speranza solida e concreta, impegno quotidiano, scelta, missione. È un bisogno di futuro che nasce da un'unica, grande consapevolezza: "sei un essere speciale". Ogni persona che varca la soglia delle nostre comunità dovrebbe essere riconosciuto e sentirsi così, per quello che realmente è: un essere speciale. Ma mi chiedo se riusciamo, ancora, nelle nostre quotidianità lavorative, a mettere al centro la persona, nella sua globalità; o piuttosto, non corriamo il rischio di clinicizzare le nostre finalità educative, riuscendo a vedere nell'altro solo un portatore di sintomi da racchiudere nelle cellette rassicuranti di una classificazione patologica?

Mi chiedo se abbiamo ancora spazio per un'attenzione incondizionata e sgombra dalle nostre categorie professionali.

Ricordo un'immagine, raccontata da un monaco camaldolese, che invitava a posare lo sguardo su di una chitarra ed a provare a fare attenzione alla sua forma. Quello che colpisce è che essa possiede un interno, un corpo spazioso e vasto che rimane invisibile agli occhi e che chiamiamo cassa di risonanza. È uno spazio ospitante, permeabile: si lascia attraversare dal flusso dell'energia sonora, accoglie ogni suono singolare e gli permette di fiorire, gli consente di mettere ali e di volare, di intrecciarsi con altri suoni, di cospirare. Immaginiamo adesso di fare delle pallottole di carta e di riempire questo vuoto. Che cosa accade? Ci accorgiamo che pizzicando le corde i suoni non trovano più una culla dove nascere, dove potersi espandere, respirare: muoiono sul nascere, di asfissia e di rigetto.

Potremmo considerare la nostra attenzione all'altro, a chi entra nelle nostre comunità, a chi chiede una mano, come la cassa di risonanza di questa chitarra. Sappiamo essere uno spazio vuoto e accogliente, pronto a farsi inondare dal mistero doloroso dell'altro, a lasciarlo esprimere la sua unicità di suoni, dissonanti magari, senza soffocarne la vibrazione nell'ovatta delle nostre certezze? È meno efficace forse essere una stanza aperta, uno spazio vasto, pronto a farsi abitare, piuttosto che uno schedario ingombro di convinzioni, giudizi affrettati, manuali d'uso, casellari dell'umanità?

Io credo che valga ancora la pena di aprirsi all'altro, a ciascun "essere speciale", con la nostra verità, svestendo i paradigmi miopi del ruolo. Miopi solo, allorché, private della nostra umana verità, del nostro essere totalmente e fragilmente uomini, le nostre conoscenze tecniche, mediche, scientifiche, non ci lasciano vedere a fondo.

Non ci è possibile, in alcun modo, realizzare diagnosi asettiche, come sui vetrini di un laboratorio: l'incontro con l'altro pretende la nostra attenzione totale, un'attenzione che esige di venire a contatto con l'altro, ma prima ancora con la propria fragilità. La mistica Simone Weil lo ricordava con queste parole: "ogni volta che facciamo veramente attenzione distruggiamo una parte di male che è in noi stessi".

E quest'attenzione richiede due presupposti fondamentali: "Ti porterò soprattutto il silenzio e la pazienza." Il silenzio di quella cassa di risonanza, il silenzio necessario ad ascoltare il battito di un cuore, non il mio, ma il cuore dell'altro. Perché è nel silenzio che accogli, è nel silenzio che ti prendi cura. E la pazienza, che nel suo senso primario è "soffrire con", è la passione. È la pazienza del contadino che aspetta che il tempo faccia il suo mestiere, è la pazienza del genitore, la pazienza dell'educazione. La pazienza di chi accompagna nel rispetto dei passi dell'altro: se tu ti fermi, mi fermo con te. Perché la strada del prendersi cura è un cammino che va percorso insieme: "Percorreremo assieme le vie che portano all'essenza", è un cammino di ricerca di senso, di costruzione del Sogno, è progetto, è Essenza.

Quando avrò compreso qual è l'essenza, quando ci avrò scorto che l'errore non è la fine della strada e che un uomo è grande non quando non cade, non quando non sbaglia, ma quando riconosce il suo errore e trova la forza di rialzarsi e ricominciare, allora avrò colto il senso del mio prendermi cura ed allora "io sì, che avrò cura di te".

Don Mimmo Battaglia, presidente della Federazione Italiana Comunità Terapeutiche