

Servizio per la Famiglia

Pastorale dei nonni

I nonni:

CUSTODI DELLA MEMORIA E TESTIMONI DELLA SPERANZA

Prima serata 6 febbraio

Spiritualità dei nonni e bell'Amore nella coppia anziana

“L'età degli anziani è vocazione per un nuovo inizio.” (mons. Delpini)

(I testi non sono stati rivisti dagli autori)

Marco Astuti

Benvenuti. Nello scorso anno pastorale abbiamo seguito l'invito di papa Francesco che ha dedicato le sue catechesi del mercoledì a riflettere su quanto siano preziosi gli anziani nella nostra società. Soprattutto ci ha coinvolto e sollecitato quando ci ha fatto capire che esiste una spiritualità nostra, proprio perché nonni e ce l'ha spiegata andando a ripercorrere le testimonianze dei “grandi” nonni della Bibbia.

Su questa linea, nel pellegrinaggio di giugno a Mesero, nel dialogo con l'Arcivescovo abbiamo condiviso il titolo del percorso di quest'anno cioè “La spiritualità dei nonni al servizio del dialogo tra le generazioni”. Ribadiamo che non parliamo genericamente di nonni in relazione con figli e nipoti, ma l'accento è sulla nostra irripetibile spiritualità perché è da lì che sgorga un modo nuovo e fecondo di vivere tali relazioni in famiglia.

Abbiamo messo molto impegno per definire il titolo di tutte queste nostre tre serate e alla fine abbiamo scelto “I nonni: custodi della memoria e testimoni della speranza”. In questo titolo sono già ben chiari due fra i capisaldi della nostra spiritualità: uno è con uno sguardo verso il passato rivendicando per noi nonni il ruolo di memoria storica della famiglia, l'altro è, contestualmente, anche uno sguardo fiducioso verso il futuro, animati da quella invincibile speranza che abbiamo messo a tema nell'ultima festa della famiglia.

Sappiamo peraltro che il nostro percorso, su questa strada che ci hanno indicato il Papa e l'Arcivescovo, è ancora, naturalmente in itinere, in movimento verso una maggiore consapevolezza di quello che il Padre celeste ci chiede.

Pertanto, abbiamo chiesto a don Giuseppe Como, Vicario Episcopale per l'educazione e la celebrazione della fede, di aiutarci a comprendere meglio quali siano le peculiarità della spiritualità dei nonni

Don Giuseppe Como

Allora non faccio troppe premesse, cerco di passare subito al tema che non è semplicissimo.

Permettetemi di rubare un attimo per riflettere sul termine spiritualità. Cos'è "spiritualità"? È quella che Paolo chiama "vita secondo lo Spirito", è la vita cristiana. Chiedersi quale sia la spiritualità dei nonni equivale a chiedersi cosa significhi per un nonno essere cristiano, come possa lasciarsi guidare dallo Spirito di Gesù, significa ancora chiedersi come sia possibile, per un nonno, vivere la radicalità evangelica, come sia possibile essere santo. Sono cose quasi ovvie, scontate, ma mi sembra utile precisarle in un contesto culturale dove la "spiritualità" sta vivendo un momento di grande fortuna; è di moda parlare di spiritualità, le persone importanti spesso non solo ne parlano ma la praticano, attraverso molteplici forme di "meditazione". Ma appunto, in questo contesto, nei casi migliori, "spiritualità" è sinonimo di "interiorità" – se va bene – o forse meglio di "consapevolezza di sé", di "piena coscienza", di controllo di sé, di concentrazione sugli obiettivi da raggiungere, o, in un altro senso, di "pieno sviluppo" della propria personalità, del proprio io, di potenziamento delle proprie risorse per una maggiore efficienza pratica e un equilibrio nel rapporto con la realtà.

Come vedete è un significato che può avvicinarsi alla spiritualità cristiana ma non è esattamente la stessa cosa, è un termine che non fa alcun riferimento religioso. Allora torniamo a noi; per noi, spiritualità è riferimento allo Spirito Santo, non è una generica interiorità né una serie di tecniche di meditazione, ma lasciarsi guidare dallo Spirito di Gesù. Allora la spiritualità dei nonni comporta il fare riferimento ad una particolare età della vita e quindi cercare di collocare la vita spirituale dentro la vita intera, collegandola con tutti i momenti già vissuti.

Proprio per questo mi è venuto spontaneo pensare all'intuizione dei maestri della spiritualità medioevale, i quali ritenevano che nella vita si esprimesse una modalità concreta di amare. Si ama in modo diverso, da cristiani, a seconda delle diverse fasi della nostra vita: all'inizio o, meglio, alla radice, sta la *voluntas*, cioè il desiderio, magari disordinato, spesso impetuoso, è la voglia di vivere, la vitalità che non è

generico “vitalismo”, ma è permettere alla vita di Dio di raggiungermi, è desiderio del bene, della felicità. Questo è l’inizio, questo ci vuole in ogni età.

Poi, secondo i medioevali, c’è la giovinezza dell’amore che è *amor*, cioè anzitutto la disciplina del proprio corpo, il prendere contatto e plasmare la propria corporeità (gesti, affetti, sensi, rapporto col cibo e col sonno). *Amor* è anche lasciarsi amare dagli altri e da Dio, è capacità di autotrascendersi, di andare al di là di sé stessi; l’amore dell’età matura, adulta, è *caritas*, dono di sé, estensione dell’amore in due direzioni: nel senso della solidarietà, della fraternità, fino ad arrivare all’amore per i nemici. Poi si estende nel senso della responsabilità, della generatività, della cura, del farsi carico dell’altro.

Infine, l’amore della persona anziani, dei nonni. Per gli antichi era sapienza: è l’amore pacificato, interiorizzato, stabile; è l’amore “esperto”, l’amore che ha “gustato” (*sapientia*, parola latina, viene da *sapere*, che ha la stessa radice di *sapore*: è una realtà affettiva, prima che intellettuale). È l’amore che ha capito “come va il mondo”, lo ha gustato anche in senso negativo, come Gesù ha gustato il calice della sua passione. Ma non è diventato cinico né rassegnato, piuttosto è realista, concreto, capace di dare valore ai piccoli gesti. Mi piace citare un bellissimo verso di Fabrizio De André, nella canzone *Il sogno di Maria*, che dice: «i vecchi, quando accarezzano, hanno timore di far troppo forte». Questo dare attenzione anche ai piccoli gesti, alle espressioni più piccole della vita.

Chiudo con la citazione di un altro autore che dice che la *sapientia*, la saggezza, è di coloro che hanno imparato a “rallentare il ritmo della loro vita per ricavare un significato maggiore da un numero minore di avvenimenti” (B.J. Groeschel).

Marco Astuti

Lasciandoci guidare dalle parole di Don Giuseppe, che ringrazio a nome di tutti, vogliamo adesso approfondire alcuni degli spunti che l’Arcivescovo ci ha donato a Mesero, cercando anche di vederne l’attuazione nella vita di ogni giorno.

Lo facciamo con una tavola rotonda a cui partecipano, oltre a don Giuseppe, una nonna, innocenza Laguri, membro della Commissione diocesana nonni, poi un nonno Andrea Caspani, già docente, preside e direttore della rivista Online di storia “Linea tempo”. E anche Mariolina Ceriotti Migliarese, neuropsichiatra infantile e psicoterapeuta che ben conoscete e che non ha bisogno di presentazioni.

Primo giro di tavolo

Domanda a Innocenza Laguri: avendo partecipato agli incontri di alcuni gruppi sui contenuti di Mesero, quali aspetti e quali fatti di vita ti sembra abbiano più scaldato il cuore dei nonni e quindi abbiano stimolato maggiori riflessioni e l'interesse a continuare un percorso insieme?

Rispondo alla domanda basandomi sull'esperienza dei due gruppi cui partecipo quest'anno ma anche sull'esperienza dell'anno scorso in altri gruppi, precisando che le persone dei gruppi sono molto diverse per storia, per esperienza di una vita che ha ormai molto spessore.

Però appunto abbiamo qualcosa che ci accomuna: la percezione che Dio ci chiama attraverso le età della vita. La frase è di Papa Francesco, che addirittura diceva che occorre pensare/inventare una spiritualità anziana.

Sentiamo che si apre un lavoro perché la mancanza è anche dovuta alla cancellazione dell'età della vecchiaia. Essa è invasa, sostituita soprattutto da un'altra età della vita, quella dell'uomo progettante, sicuro di sé, che domina. Piccoli esempi di questa censura, banali ma significativi: la frase che si sente spesso dire: "Ma sei sempre uguale!" Oppure l'episodio narrato da Monsignore Camisasca che mi permetto di citare: Giovanni Paolo II appena operato si sente dire da un cardinale che lo vede bene, benissimo, dopo un po' di ripetizione di questa frase, Sua Santità risponde: "Ma senta, se si sta così bene dopo l'operazione, perché non si fa operare anche lei?"

Mi sembra ci sia interesse di chi partecipa ai gruppi anche per il tentativo del metodo: siccome le età della vita e le loro specificità messe da Dio nell'uomo, segnate nella nostra umanità, sono cancellate, vanno fatte riaffiorare, insomma prima di imparare un dover essere è importante scoprire ed essere sorpresi da un essere.

Faccio un esempio molto semplice, di cosa voglia dire per me sentirmi per così dire rivelare, lo prendo da una osservazione di Guardini: "Si fa pressante la sensazione che continuamente qualcosa sia alla fine: un giorno, una settimana. Che la vita scivola via più velocemente". Nel cammino che stiamo facendo questa dimensione è stata chiamata in più modi: Il Cardinal Scola parlava di lato ombroso della vita, Monsignor Delpini parlava di tempo lento ma anche di avvicinamento alla morte, tanti modi di cogliere la stessa dimensione, l'uno arricchisce l'altro. Guardini usa forse il termine poco popolare di caducità. Questa è una indicazione, molto chiara che viene dalla vita (basta guardarsi allo specchio al di là di certi convenevoli), ed è da seguire.

Caducità, svolta, tempo lento sono temi su cui lavoriamo, e non mi sembra valida l'obiezione che gli spunti si possono ripetere, o che se ne è già parlato. Pensiamo alla questione della ricerca dell'essenzialità, strettamente connessa al tempo lento: non è certo una conquista una volta per tutte, perché alla nostra età deve portarci a capire nientemeno ciò che non passa, ciò che è anticipazione dell'eterno.

Un altro aspetto che mi sembra ci accomuni è questo far parola della nostra relazione con i figli e con i nipoti. Se posso osare una provocazione: mi pare che noi cerchiamo di rompere, stiamo quella "crosta", magari fatta di buone abitudini, di ruoli assodati. Faccio un esempio: l'altra sera in una scuola paritaria, ho partecipato ad un incontro in cui una coppia della generazione dei nostri figli raccontava il lavoro tra coppie nella loro parrocchia, sottolineava l'importanza del dare tempo e, con fuggevole citazione, parlava dell'importante apporto dei nonni, e mi ha colpito che in sala, oltre a tante coppie di nostri figli – genitori, c'erano anche molti nonni. Insomma siamo consapevoli che la famiglia non è solo la coppia e i loro figli ma, pur nel rispetto delle specificità c'è anche la presenza dei nonni, dunque siamo interessati a fare un passo.

Marco Astuti

Domanda a dottoressa Migliarese: per il tema di questa serata diventa importante l'esortazione dell'Arcivescovo a Mesero: "la propria gioia non dipende dal conquistare una meta ma dall'essere quello che si è". Capiamo che questo non ci deve portare né a compiacimento di sé né a scontentezza. Come evitare che queste distorsioni accadano?

Mariolina Migliarese

Mi è molto piaciuto quello che ho ascoltato fino ad adesso.

Condivido le parole di Don Giuseppe, poi le riprenderò anch'io, ma anche quello che ha detto Innocenza perché mi ha dato l'idea di come questi gruppi siano gruppi che lavorano in maniera operativa, concreta: si parla delle cose vere che ci riguardano senza sfuggire. Per esempio, questo tema del tempo che scappa, che scorre, di quanto questo ci fa paura nella caducità. Mi è sembrato veramente che si stiano seminando cose importanti.

Ma essere quello che si è non è così semplice, proprio se stiamo alla concretezza nella nostra riflessione. Perché, quando il tempo incomincia a scorrere in questo modo, non sempre siamo contenti di quello che siamo, che siamo stati, spesso vengono fuori anche dei vissuti in cui la memoria può accompagnarsi a sensazioni non solo piacevoli, ma anche di scontentezza; per quello che ci sembra che non abbiamo fatto, che

avremmo potuto fare, per gli errori che vediamo, magari riflessi nei nostri figli, che sono portatori anche dei nostri errori. È evidente che l'età anziana, la nostra età, dovrebbe essere abbastanza un'età del presente. Infatti, il nostro compito è stare veramente nel presente, preparando un po' alla volta questo futuro che si dovrebbe prolungare poi nell'eternità. Ma appunto questo non è semplice perché ci richiede di fare pace con la memoria.

E anch'io qui, come Innocenza, mi riferisco molto a Guardini. Ho ritrovato, quando pensavo a questo tema, proprio quello che diceva Guardini che parte dal tema dell'accettazione e fa molte riflessioni. Ha scritto in merito anche un piccolo libro, "Accettare sé stessi" che forse conoscete, sul tema dell'accettazione come premessa per ogni bene. E credo che questo tema diventi particolarmente importante da rivisitare quando gli anni passano. Per accettazione dobbiamo intender il mettersi davanti alla realtà così com'è, anche alla realtà di quello che abbiamo fatto, di tutto quello che è stato vissuto, degli incontri fatti e di quelli mancati.

Poi vuol dire mettersi davanti alla realtà di sé con quello che la vita nel presente ci riserva: la salute, così com'è, l'aspetto fisico, così com'è; quindi, conoscere e accettare i nostri limiti dei quali, ormai, siamo più consapevoli a una certa età. Ma l'accettazione riguarda anche il futuro, tutti gli accadimenti che arrivano. Credo che, circa l'essere quello che si è, il punto di partenza consista nel rivisitare questo concetto dell'accettazione. Un po' anche in questa idea: noi abbiamo nelle mani noi stessi così come siamo, come dono di Dio. Guardini dice che ognuno di noi è il dono che Dio gli ha fatto, con quella storia, con quel carattere, con quegli incontri, con quella vita. Dio ci dà l'occasione di dare il meglio a partire proprio dall'accettazione di quello che noi siamo. Il che vuol dire fare pace col percorso che abbiamo fatto, lasciando cadere quelle critiche, quelle rimostranze verso noi stessi che a volte ci accompagnano.

Questo significa essere persone buone. Chi è la persona buona quindi? Al di là di un'idea moralistica, la persona buona è quella che pensa bene della vita, cioè che fa pace con la realtà ed è ben disposta verso la vita. Significa essere persone che, malgrado il passare dell'età, hanno fiducia nel bene che c'è, nel bene anche che verrà dai figli, dai nipoti, dal futuro. Significa essere persone capaci di partecipare alla gioia che gli altri vivono, alle cose belle che gli altri vivono. Quindi essere persone che riescono a fare pace con la propria storia per accettare il bene della vita degli altri.

Non è sempre facile, per esempio non è facile tenere a bada i sentimenti invidiosi che possono nascere tra noi a una certa età. La persona buona è la persona paziente, ma è anche la persona capace di senso dell'umorismo, cioè di guardare con un sorriso le debolezze e le fragilità inevitabili dell'umano.

Dunque, è importante aver a mente due cose. Da un lato, vedere nello svolgimento della nostra vita un disegno per il bene, dall'altro riuscire ad avere come obiettivo

quello di essere persone buone, cosa che possiamo fare in qualsiasi circostanza della nostra vita attuale, nella salute e nella malattia. Quindi essere persone capaci di un sorriso di fiducia, di avere uno sguardo buono su quello che arriva. Ecco, credo che così, forse, andiamo incontro a quello che ha detto l'Arcivescovo.

Marco Astuti

Domanda a Don Giuseppe: a Mesero l'Arcivescovo, e nella sua catechesi anche il Papa, hanno indicato l'importanza di un tempo lento, non segnato dall'ansia e dalla fretta di fare tante cose per ottenere risultati. Tuttavia, il tempo che si fa breve suggerisce ai nonni anche una urgenza. Come intendere questa urgenza e come si concilia col tempo lento?

Don Giuseppe Como

In occasione del pellegrinaggio a Mesero, l'Arcivescovo parlava della «capacità di una vita lenta», una lentezza che è virtù, che rende i nonni «originali nel confronto con la vita di oggi che è troppo di fretta, è troppo di corsa». Sono d'accordo, ma vorrei aggiungere che talvolta, invece, i nonni hanno fretta, non sopportano di dover aspettare, fanno fatica a fare la fila, alla Posta come al confessionale. Verrebbe spontaneo chiedersi: “Ma che cosa devono fare di tanto urgente? Dove devono andare?”. In realtà, normalmente, i nonni non hanno cose urgenti da fare, eppure hanno fretta. Io direi: avvertono un'urgenza, come se sentissero che il tempo fugge. Forse, in sottofondo, c'è la percezione del fatto che “il tempo si è fatto breve”, come diceva San Paolo, che la maggior parte del tempo della vita è alle spalle e non davanti. C'è un bellissimo passaggio del *Testamento* di Paolo VI, che esprime tutto il senso di questa urgenza. Ricordo che il testo risale quasi sicuramente al 1965, cioè tredici anni prima della morte, quasi agli inizi del pontificato di Montini, quando egli era ancora in piena forza fisica, per dire che questa dimensione appartiene in fondo alla vita cristiana in quanto tale e i nonni hanno forse il compito di richiamarla a tutti. Leggo qualche passaggio

“Ma ora, in questo tramonto rivelatore un altro pensiero, oltre quello dell'ultima luce vespertina, presagio dell'eterna aurora, occupa il mio spirito: ed è l'ansia di profittare dell'undicesima ora, la fretta di fare qualche cosa di importante prima che sia troppo tardi. Come riparare le azioni mal fatte, come recuperare il tempo perduto, come afferrare in quest'ultima possibilità di scelta «l'unum necessarium?», la sola cosa necessaria? [...]

E poi un atto, finalmente, di buona volontà: non più guardare indietro, ma fare volentieri, semplicemente, umilmente, fortemente il dovere risultante dalle

circostanze in cui mi trovo, come Tua volontà. Fare presto. Fare tutto. Fare bene. Fare lietamente: ciò che ora Tu vuoi da me “.

C'è come un'ansia di non perdere il tempo, di non sprecarlo, anzi di recuperare il tempo perduto; qui la fretta non è superficialità, non è approssimazione, non è a scapito della precisione e della qualità dell'azione, anzi è una manifestazione del desiderio di fare bene, della preoccupazione di fare il proprio dovere, come modalità normale, quotidiana di fare la volontà di Dio. Ecco, questa potrebbe essere la forma cristiana, autenticamente “spirituale”, di vivere da nonni il rapporto con il tempo, la percezione del tempo.

Secondo giro di tavolo

Marco Astuti

Siamo stati definiti “custodi della memoria storica”, lo ha detto papa Francesco e lo ha ribadito Monsignor Delpini a Mesero. È un compito importante perché vuol dire dare significato alla nostra storia personale, a quella familiare, e attraverso queste, anche a quella più ampiamente sociale.

Domanda ad Andrea Caspani: come nonno, ma anche come storico, ti chiediamo dei suggerimenti per farci riflettere più consapevolmente, con uno sguardo di fede, sul nostro passato, senza nostalgie, senza rimpianti, senza rifiuti, per poterne trarre speranza e fiducia da testimoniare in famiglia.

Andrea Caspani

Sono un nonno, faccio lo storico e dirigo una rivista storica (www.lineatempo.eu), insomma ho sempre svolto un ruolo da insegnante, da educatore. La prima cosa che direi è questa: l'importante è che i nonni non facciano gli insegnanti. Questo è il primo modo per mettersi in pace con la propria memoria, per evitare la posizione drammatica di chi, con il figlio, il nipote dice: “Eh, ai miei tempi... -oppure- bisognerebbe fare così.” Tutto questo non aiuta al dialogo tra le generazioni. Lo dico a partire dall'esperienza che voglio raccontare.

Io sono cresciuto amando molto le storie e mi ricordo ancora quando, sulle ginocchia di mio nonno materno, ascoltavo le sue storie. Lui aveva avuto una vita ampia, avventurosa. Aveva partecipato, giovanissimo, alla Prima guerra mondiale, e poi avendo fatto il militare, ha partecipato alla seconda. Io gli chiedevo le storie di guerra. Sicuramente quello che mi è rimasto è che lui non mi raccontava giudizi, mi raccontava fatti. Questo è fondamentale per un approccio reale alla memoria: tornare

sui fatti, sugli avvenimenti vissuti. Io penso che alcuni avvenimenti, soprattutto quelli militari, siano stati da lui un po' edulcorati. Evidentemente però, lui mi raccontava fatti, e naturalmente, me li raccontava in prima persona. Cioè, lui raccontava la storia non secondo la modalità che abbiamo ereditato dalle nostre scuole, come una cosa impersonale, animata da forze più o meno oscure, sociali od economiche, no. Lui raccontava come aveva vissuto i fatti, per esempio di come fosse sfuggito alla prigionia durante la ritirata di Caporetto, in modo anche rocambolesco,

L'altro aspetto che mi colpiva: lui parlava di sé sempre in relazione con altri. Questa è un'altra delle caratteristiche della storia: la persona, che non è mai sola, è sempre in relazione con altri. Il nonno raccontava sempre con umanità dei rapporti con gli altri. Questo mi sembra corrisponda a quello che è stato detto anche prima, quando si parlava dell'aver quella certa pazienza nei rapporti, perché un'esperienza diventata matura è capace di presentare i fatti anche con quel certo umorismo che deriva dalla consapevolezza dei propri limiti e dei limiti degli altri che si sono incontrati. Traggo da tutto questo qualche riflessione più teorica.

La prima riflessione è che, per fare pace con la memoria, per custodire la memoria, come ci chiede l'Arcivescovo, occorre pensare che è un dono l'essere arrivati fin qui e che questo dono va donato, come dice un grande teologo francescano: dire é darsi, e questo accade già attraverso il raccontare, che fra l'altro, è la forma archetipica con cui l'uomo costruisce la propria identità. È fondamentale, quindi, non perdere occasione di raccontare.

Seconda riflessione: raccontare che cosa? L'intreccio degli avvenimenti che si sono vissuti, perché la vita è fatta tutta di avvenimenti, cioè di svolte, è importante comprendere che la vita non è un continuo e non è sviluppo di forze impersonali. La vita è fatta da contrappunti, dove noi siamo soggetti che prendono delle decisioni, prendono una strada, come quella di sposarsi, di avere dei figli ecc. Sto facendo degli esempi che sono molto familiari, non sembrano immediatamente storici. Ma, non dimentichiamolo, la storia prima di tutto sono gli avvenimenti delle persone. Come dicevano gli antichi, la parola storia ha un duplice significato: il primo è "res gestae", cioè i fatti realmente accaduti, il secondo è "memoria rerum gestarum", questo viene dopo, è la memoria di quello che è accaduto.

Ora, bisogna vivere entrambe le dimensioni, il secondo significato, la memoria, richiama sia il significato dei fatti sia il dovere di ricordarlo, per poter comunicare quello che si è imparato attraverso le svolte della vita. Allora emerge che, secondo me, tutti noi abbiamo molto da raccontare, sia come racconti, diciamo così, di episodi di vita familiare, sia come episodi in cui la nostra vita familiare si è intrecciata con la vita del popolo in cui siamo inseriti. Si tratta sicuramente del popolo di Dio, perché, se siamo, qui è perché abbiamo incontrato il Signore in una forma o nell'altra, come esperienza comunitaria. Ma è anche il popolo in cui siamo inseriti, cioè il popolo italiano. Perché il popolo è una comunità di valori, di memorie che vanno tramandati. Ma basta semplicemente raccontarli, non c'è bisogno di insegnarli.

Basta raccontare i fatti a partire dalla propria storia e collegarla con la storia della comunità in cui è inserito.

Terza riflessione: è importante, riflettendo sulle svolte della nostra storia, arrivare anche a capire e comunicare che la storia è sempre diversa da come noi ci immaginavamo, c'è sempre uno svolgimento diverso rispetto al nostro progetto iniziale. Anche se, come dicevo prima, siamo noi che abbiamo compiuto delle scelte, non siamo noi i padroni della nostra storia, c'è sempre l'imprevisto nella realtà. Tener conto dell'imprevisto nel raccontare la storia è fondamentale perché aiuta noi, i nostri figli e i nostri nipoti, a comprendere il ruolo della libertà che si gioca nelle circostanze e quindi fa cogliere che la storia è una continua avventura.

Non dimentichiamo però che dire imprevisto non è dire negativo: l'imprevisto, come ci insegna la nostra fede, va vissuto e letto come il tocco della Provvidenza nella storia, questo ci aiuta a superare le letture deterministiche della storia e a riscoprire l'imprevedibilità del bene che scaturisce anche da cose che, per diversi aspetti, non sono state piacevoli.

Marco Astuti

Domanda a Don Giuseppe: sia papa Francesco nella sua catechesi per gli anziani, sia Monsignor Delpini nella sua lettera pastorale richiamano come parte fondamentale della vocazione degli anziani la preghiera, possibile anche nelle condizioni dove sembra non si possa fare più nulla. Ci aiuta a capirne di più il valore proprio in questa parte della vita?

Don Giuseppe Como

Direi così, che la preghiera dei nonni è la “preghiera che rimane”. In tre sensi: anzitutto, è la preghiera che non si è persa, che si è imparata da piccoli, che ci è stata trasmessa ed è entrata a far parte profondamente della nostra vita, della nostra interiorità; è la preghiera che rimane nel senso che è radicata in noi, è diventata quasi “naturale”, non sapremmo immaginare di poterne fare a meno. In un secondo senso, è la “preghiera che rimane” perché è una preghiera che non riusciremmo a cambiare, è quella, è come l'abbiamo imparata, è difficile impararne un'altra; oggi si insegnano nuove forme per es. la *lectio divina*, oppure la liturgia delle ore. I nonni magari non hanno tanta familiarità con questa forma di preghiera, e non sono disponibili ad impararle. Per loro la preghiera è la Messa, il rosario, le litanie, sono le preghiere che si imparavano a memoria; è la preghiera che rimane perché è difficile modificarla o imparare forme nuove. Infine, è la “preghiera che rimane” in un senso direi “teologicamente” molto forte: è la preghiera che resta per l'eternità, che si incide nel cuore di Dio, che non si perde, ed è soprattutto la preghiera di intercessione; i nonni

pregano molto per i loro figli, i loro nipoti, per le persone ammalate, per i loro preti, per la pace. E noi nella fede abbiamo la certezza che nessuna parola di questa preghiera andrà perduta, tutte si raccolgono nel cuore di Dio e lì vi rimangono per sempre.

Marco Astuti

Torniamo con Mariolina per capire meglio quello che nel titolo di questa serata abbiamo definito il “bell’Amore nella coppia anziana”. Nel lavoro fatto nella Commissione per preparare queste serate questo tema è stato forse quello su cui ci siamo più interrogati perché se ne parla poco e invece è fondante la nostra vita nell’età anziana. Don Giuseppe ha già detto molte cose su questo punto, però poniamo a Mariolina altre due domande.

Domanda generale: nel tuo lavoro di ascolto di esperienze, anche di coppie anziane, quali difficoltà emergono circa la possibilità di vivere l’amore tra i coniugi nella sua fase più evangelica, ricordata da Don Giuseppe?

Mariolina Migliarese

Circa la possibilità di vivere l'amore tra i coniugi anziani nella sua fase più evangelica, direi questo. Mi sembra che noi, nell’età anziana, siamo dentro una situazione che ormai abbiamo deciso che è stabile, siamo in una alleanza che sappiamo essere definitiva. Allora ci confrontiamo con quella che è la sfida più alta che c'è già in Genesi, quando vi leggiamo l’indicazione sul matrimonio: lasciare il padre e la madre, per unirsi e divenire una carne sola. Cosa vuol dire essere una carne sola? Io ho sempre pensato che l'unirsi del Genesi sia relativa proprio all'incontro sessuale della coppia.

Ma il diventare una carne sola è una sfida che riguarda proprio noi, come coppie che manteniamo la durata nel tempo, perché diventare una carne sola significa riuscire ad avere quella familiarità con l'altro che è fatta anche dell’accettazione dell'ambivalenza. Mi spiego. Se uno pensa al tipo di relazione, di rapporto che ha col proprio corpo che invecchia, si rende conto che è una relazione difficile, complessa, appunto ambivalente. Ognuno di noi un po’ si piace, un po’ no, un po’ vorrebbe essere diverso, non vorrebbe invecchiare, un po’ si trova sgradevole. Ecco, l'altro che vive con te, è vicino a te e deve vivere come l'altra tua carne, con la stessa ambivalenza. Bisogna, cioè, imparare ad accettare proprio questa ambivalenza, come un fatto non negativo, come un fatto naturale rispetto al quale avere la stessa la pazienza che cerchiamo di avere verso noi stessi. Accettare l'ambivalenza, sapere che c'è, sapere che non è eliminabile.

In merito all’accettazione, a una certa età, un pochino ci si immagina di poter cambiare l'altro o di poter così ridurre i suoi difetti, poi a un certo punto ci si

incomincia a rendere conto che ognuno di noi ha i suoi pregi e anche i suoi limiti, che la differenza è inevitabile e che forse dobbiamo diventare capaci di camminare insieme in questa differenza, accettando i limiti l'uno dell'altro. Si deve lasciar cadere quella illusione del capirsi facilmente, che è l'illusione dell'innamoramento iniziale, per entrare sempre più in un'altra dimensione.

Pertanto bisogna fare lo sforzo di comprendersi, cioè di prendersi sempre l'un l'altro, con pazienza. È la fatica di volersi bene in questa relazione, che dura a lungo nel tempo. E questo non è un fallimento, non è un gioco al ribasso. Noi facilmente abbiamo l'idea che la bellezza dell'amore stia nel capirsi subito, nell'intuizione rapida, nell'attrazione reciproca. Quindi che sia tutto facile.

Con l'età si capisce che invece l'amore più profondo sta in questo camminare insieme; quindi, in una specie di alleanza tra due vocazioni personali che si incoraggiano e si supportano a vicenda. Ecco, credo che questa sia la difficoltà, ma anche la risorsa della coppia nel tempo.

Marco Astuti

La seconda domanda attiene più al tuo essere psicoterapeuta. I cambiamenti che si verificano reciprocamente nella coppia anziana nel carattere, nelle abitudini, ma anche della salute, possono richiedere fatica. Allora, come non lasciarsi intrappolare da queste difficoltà, da queste fatiche? Cosa possiamo fare?

Mariolina Migliarese

Credo che la cosa da fare sia quella di rivisitare due concetti, in parte già accennati. Uno è il concetto della cura e l'altro il concetto della gentilezza, per non lasciarsi intrappolare dalla fatica.

La cura va rivisitata in tanti sensi. Vuol dire la capacità di rivisitare tutti i gesti che noi già compiamo nella quotidianità, con una consapevolezza diversa, penso per esempio ad una rivisitazione delle tante abitudini che si hanno invecchiando insieme, come cucinare uno per l'altro, portarsi il caffè la mattina. Sono cose piccole che noi facciamo ormai troppo come abitudini. Per me il rivisitare la cura vuol dire l'aver consapevolezza e attenzione nei confronti dei piccoli gesti che compiamo. Così è imporrante l'attenzione al gesto gentile, alla gentilezza reciproca, perché è una delle cose che dimentichiamo quando, dopo una certa età, diventiamo frettolosi e impazienti con l'altro, e diamo le cose un po' per scontate. Quindi, per superare

questa fatica, per non lasciarci intrappolare, dobbiamo ciascuno di noi, dedicarci alla consapevolezza della cura dei gesti che facciamo.

E anche, avere cura di sé, perché la cura di sé è una forma di amore anche per l'altro. lo è sempre, ma, dopo una certa età, lo è di più. La cura di sé favorisce l'amore dell'altro. Mi riferisco alla capacità, per una donna, di pensarsi sempre bella con la competenza dell'età che ha. Questo non vuol dire scimmiettare le ragazze giovani, ma avere cura del proprio aspetto. Per gli uomini vuol dire evitare la sciatteria, avere una sobrietà che non sia la tirchieria di chi dice - a cosa serve che mi compri un golf nuovo, tanto non vivrò a lungo...

Quindi abbiamo ancora il dovere di essere belli anche alla nostra età, perché questo è un segno di cura e di amore riconoscente a Dio che ci ha dato un corpo e vuole che ce ne prendiamo cura bene. Ma è anche un segno di amore riconoscente per l'altro, favorisce nell'altro il mantenere l'affetto e gli permette di avere meno fatica nello stare vicino. Penso a cose molto piccole, ma molto concrete, che richiedono non di fare cose diverse da quelle che facciamo, ma di farle con la consapevolezza del loro valore di cura, e in maniera gentile.

In merito alla gentilezza, per fare un esempio, io credo che, come donne, dovremmo evitare di portare i nostri uomini al supermercato stratonandoli come vedo fare a volte dalle donne che li ritengono più imbranati di loro a fare la spesa. Un po' di gentilezza nella quotidianità del gesto, credo che questo aiuterebbe tutti a vivere con più serenità, con minore fatica, l'invecchiare insieme.

Marco Astuti

Ringrazio voi che siete intervenuti perché non vi siete limitati a delle analisi ma ci avete dato dei suggerimenti anche molto concreti. Le parole di Mariolina ci introducono a una testimonianza a cui sono molto legato, quella di Rosanna Brichetti Messori, moglie amatissima dello scrittore e giornalista Vittorio Messori, anch'essa scrittrice; ricordo solo un suo testo molto bello del 2018, con un titolo che dice tutto: "Una fede in due" con il sottotitolo "La mia vita con Vittorio". Ne ascoltiamo un frammento di una registrazione, ma tutta l'intervista è da vedere.

Audio video con alcuni minuti di questa testimonianza di Rosanna Brichetti Messori.

https://drive.google.com/file/d/1Y0C9VJSs5DTfWN6f_wwJEnQbmt_yAm2/view?usp=drive_web

Marco Astuti

La registrazione che abbiamo ascoltato è del 2021. Vediamo Rosanna vivace ma pochi mesi dopo, il 16 aprile del 2022 Rossana volerà in cielo alla casa del Padre.

Abbiamo mostrato solo un frammento dell'intervista. Vi invito caldamente ad ascoltarla tutta; la trovate su Youtube.

Domande dal pubblico

A Don Giuseppe. Come far gustare agli altri il sapore di cui ci ha parlato? Come pregare per ascoltare e invocare lo Spirito Santo

Don Giuseppe

A) L'assaporare non è solo un termine positivo, Cristo gusta anche l'amaro calice, trasmettere il sapore vuol dire trasmettere la profondità con cui si è vissuto, con cui si è gustata la vita in tutti i suoi aspetti, positivi e negativi. Importanti sono la verità e la autenticità con cui si è vissuto, il non buttare via nulla. In fondo è saporoso il coraggio di affrontare tutto.

B) Per lo Spirito Santo, si è detto che è il Dio sconosciuto, ora l'abbiamo recuperato, Chiara Lubich chiamava lo Spirito Santo il Dio discreto, cioè il Dio che agisce continuamente e discretamente nella nostra vita. Come invocarlo? Ci sono le preghiere della tradizione, una è il canto Discendi Santo spirito. Ma lo si può invocare semplicemente dicendo "vieni Santo Spirito". Poi anche secondo le sue caratteristiche, cioè i sette doni imparati per la Cresima, oppure secondo i doni che San Paolo elenca nel cap.V della lettera ai Galati (amore, gioia, pace, mitezza, cc)

Domanda a Migliarese: imparare ad accettarsi come si è; ma come farci accettare da figli e nipoti come siamo?

Mariolina Migliarese

Riprendo quello che dicevo prima, i nostri figli e i nostri nipoti ci accettano con più facilità se noi siamo, appunto, persone buone. Cioè, persone fiduciose, persone positive e non persone pronte alla critica o pronte, in primo luogo, alla protesta o al no, al sottolineare gli aspetti difficili. Io credo che, quando i figli e nipoti ci vengono a trovare e trovano persone accoglienti e sorridenti, un po' alla volta ci prendono per quello che siamo. Per la mia esperienza, i figli e anche i nipoti sono abbastanza pazienti con chi sa mantenere un po' di buon umore. Quello che disturba molto i figli, a tutte le età non solo i figli grandi, è la percezione di avere davanti persone scontente della vita, scontente di quello che accade, sempre critiche e brontolone. Guardini, lo

ridico, diceva che una persona buona è una persona che pensa bene della vita, cioè che pensa che la vita è cosa buona e la trasmette; quindi, trasmette questa sensazione alle persone che ha vicino. Credo che questo sguardo benevolo renda benevoli gli altri.

Domanda a Migliarese: come trasmettere a figli, nipoti il valore irrinunciabile della nostra scelta di vita?

Mariolina Migliarese

Con la testimonianza di una coppia che dura nel tempo senza diventare acida, senza incattivirsi l'uno con l'altro e quindi, uscendo dalla logica che si possa stare insieme solo per abitudine, intendendo per abitudine qualcosa non di positivo ma di negativo. Con la testimonianza che si possa rimanere nella vita di coppia perché si sceglie di farlo, con la testimonianza che, col passare del tempo, si diventa capaci proprio di questo amore benevolo e paziente e sorridente per l'altro. Io credo che sia quello che permette di ridare una fiducia nella relazione matrimoniale: figli e nipoti sono molto sensibili a questo tipo di testimonianza. Non è detto che scelgano immediatamente la vita di coppia, ma di certo incominciano a pensare che tra una persona anziana, sola e incattivita e acida e una coppia benevola che si vuol bene, sorride, si prende in giro forse non c'è gioco, Una coppia che sa stare insieme tutta la vita anche con un sorriso benevolo, come diceva appunto Rosanna Brichetti. Come può un figlio, un nipote che vede davvero questo, non sentirne il bene? Il bene è contagioso, non solo, il male. Dobbiamo continuare e ritornare a credere che anche il bene è davvero contagioso; quindi, ci vuole un po' di fiducia e di speranza.

Domanda a Migliarese e Caspani: come vivere la vita anziana in un matrimonio nel quale non esiste una equivalenza spirituale.

Mariolina Migliarese

L'equivalenza spirituale, certo, è un dono grande, ma non è un dono che c'è sempre. Ma questo non inficia la possibilità di amare. Intanto credo che chi è credente abbia come primo dovere di affidare il coniuge non credente come prima preghiera di tutte le mattine. In qualche maniera questo essere una persona di fede porta luce anche all'altro. Ma poi davvero non c'è una contrapposizione, come diceva don Giuseppe, l'essere una persona spirituale non è legato al fatto di essere sempre in chiesa o di essere tutti i giorni col Rosario in mano. Una persona spirituale è una presenza più completa, più complessa, riguarda un modo di essere. E quindi non dobbiamo per forza infliggere al nostro coniuge tutte le cose che magari mal sopporta.

Dobbiamo vivere la nostra fede con profondità, pregare per il coniuge e condividere il bene che questo essere credenti comporta, nell'amore che riusciamo a dargli;

quindi, non vedo che ci sia di per sé una specifica difficoltà. Forse può esserci un dispiacere per non poter condividere una parte così così sostanziale della nostra vita, ma, se c'è rispetto, se c'è la comprensione da parte del coniuge, si capisce che si tratta davvero non di una questione di superstizione o di una questione formale, ma di una questione sostanziale. E allora chi ci vuole bene in qualche maniera riceve un messaggio da questo. E poi noi abbiamo la forza della preghiera, come diceva Don Giuseppe, che supera tante, tante difficoltà.

Andrea Caspani

I figli, i nipoti sono interessati alla nostra storia, è giustissimo pregare per loro, certamente, ma un punto vero è incuriosirli, con la nostra vita. E, per riferirmi alle coppie che procedono insieme da anni, è importante mostrare che certe scelte sono maturate insieme oppure che l'uno è stato decisivo per quello che l'altro ha preso in considerazione, come faceva notare la moglie di Messori. Basta raccontarle queste cose.

Il problema non è raccontare soltanto le questioni religiose o i valori. Insisto, il problema è raccontare i fatti della vita e mostrare che c'è sempre la libertà. E questo lo si può comunicare sempre ai ragazzi, anche piccoli, ogni volta prendendo spunto dal presente, perché questo è il bello: la storia parte sempre dal presente, occorre prendere spunto da lì per capire la forza del passato, la forza che ci sostiene e che può aiutare anche a crescere i nostri figli e i nostri nipoti.

Domanda a Migliarese sul non lasciarsi intrappolare dalla fatica della vita. Più precisamente, di fronte al dolore e alla preparazione alla morte, come richiamava l'intervista della signora Rosanna Brichetti, che cosa si può fare?

Mariolina Migliarese

Non è una domanda che abbia una risposta semplice, a meno di non dare risposte superficiali, perché mettersi davanti alla fatica della vita, al dolore, alla preparazione, alla morte è una questione complessa, non si improvvisa. Occorre che passiamo progressivamente, nel nostro percorso, da una dimensione di religione, a una dimensione di fede, un po' alla volta, andando ad approfondire, con la preghiera allo Spirito, con tutti i richiami che sono stati fatti.

Tenendo conto che tutti i momenti della nostra vita hanno un loro senso, forse da un punto di vista più psicologico, mi sembra che la competenza è quella di stare, di essere capace di stare molto sul presente, sul momento presente per far fruttare bene il singolo momento; se noi frammentiamo le questioni complesse, siamo anche capaci di affrontarle in un altro modo.

Non so se posso dire molto altro; la preparazione alla morte non è certo una cosa così semplice se noi ce la figuriamo come evento che accade, ma credo importante affrontare il pezzettino che abbiamo in quel momento davanti, il pezzettino di malattia, il pezzettino di fatica, il pezzettino di sofferenza, il pezzettino di dolore, dentro questo sguardo di affidamento e di speranza nel bene che ci è destinato.

Forse da un punto di vista psicologico, quindi per quello che è più di mia competenza, penso che la capacità sia proprio quella di stare ben ancorati al presente, perché il presente in quanto tale è sempre affrontabile. Quel piccolo pezzettino che noi abbiamo davanti in quel momento è sempre affrontabile. Invece guardare in una prospettiva temporale lunga, soprattutto con la prospettiva della morte non è facile; nemmeno per un credente è facile far fronte a questa idea. Forse è più possibile stare proprio sul presente, perché Dio ci incontrerà in un momento presente. Quando ci incontrerà sarà in un momento presente, deve trovarci lì dove siamo, pienamente presenti, lì. Forse posso dire solo questo.