



La situazione

ALCUNI ASPETTI DEMOGRAFICI DELL'INVECCHIAMENTO

Uno dei problemi più gravi affrontati dall'attuale mondo sviluppato è senza dubbio quello del progressivo invecchiamento della popolazione, con tutta la sua problematica personale, familiare, comunitaria e sociale. Rispetto al passato non è variata la durata massima della vita umana, ma quello che si è modificato drasticamente è la percentuale degli individui che raggiungono l'età avanzata.

Il numero di anziani in Italia di età compresa fra i 65 e 74 anni è 8 volte maggiore rispetto all'inizio del secolo scorso, mentre gli anziani con età superiore a 85 anni sono aumentati di oltre 24 volte. A conferma di ciò, studi compiuti in America, sempre nel secolo scorso, stimavano che il 2% della popolazione superasse i 65 anni, mentre attualmente la percentuale è dell'11% e, questa percentuale sia destinata ad aumentare.

Gli anziani sono sempre più numerosi e raggiungono la vecchiaia in migliori condizioni di salute. Ciò è dovuto, da un lato, al basso indice di natalità e, dall'altro, all'aumento delle prospettive di vita, in conseguenza dei progressi conseguiti sia nel campo delle conoscenze scientifiche che nelle condizioni socio-economiche.

Da questo punto di vista l'aumento della popolazione anziana anche nella nostra realtà di Istituto in Italia deve essere considerato positivamente come frutto di una conquista sociale e in maniera problematica se esito di un basso investimento sul futuro.

L'eterogeneità nel gruppo delle persone anziane è così forte che vengono distinti tre sottogruppi. Si usa comunemente considerare le seguenti fasce di età:

età di mezzo o presenile	45-65 anni
senescenza graduale	65-75 anni
senescenza conclamata	75-90 anni e più

Anche le nostre comunità presentano un simile quadro.

ALCUNI ASPETTI SOCIALI DELL'INVECCHIAMENTO DELLA POPOLAZIONE

Gli esseri umani per definizione sono esseri sociali. In riferimento agli anziani ci chiediamo quale sia l'atteggiamento più appropriato nei loro confronti e quale sia il loro posto nella nostra società.

Quando si tiene conto che l'"anziano" *non esiste e che nessun gruppo è così eterogeneo come quello degli anziani*, introduciamo una nuova difficoltà nella ricerca di una soluzione adeguata in riferimento alla vita sociale della popolazione anziana.

Inoltre il modo in cui è stato trattato finora l'anziano è determinato dal sistema di valori dominanti nella società. Sono soprattutto le generazioni più giovani che assegnano agli anziani un posto, ne definiscono la condizione sociale e il ruolo, mentre poco si conosce dell'anziano perché poco lo si fa parlare di sé, e questo perché nella società occidentale industrializzata viene messa in luce soprattutto l'inabilità degli anziani più che l'esperienza che essi possiedono. Nella società industrializzata, *quando una persona esce dal circuito lavorativo, esce anche da ciò a cui questa società dà significato e considerazione*, cioè il processo produttivo.

In genere, **l'opinione comune** considera l'età anziana come una triste condizione, come il periodo più triste e più brutto della vita, come la fase ultima del declino che conduce alla morte, al **"tutto finisce"**, come la fase terminale in cui il valore del poco tempo che ancora rimane aumenta di significato in misura esponenziale e scorre velocissimo.

Questa reale situazione ci interpella come comunità religiosa: il rischio è di adeguare il nostro modo di pensare a quello comune, procedendo con lo stesso passo, con lo stesso modo di valutare la vita.

Oggi l'anziano è portato a vivere il dramma di "non poter più ciò che vuole". La vecchiaia può essere vissuta come una sorta di malattia mentale cui si prova l'angoscia di sfuggire a se stessi.

Descrivere **l'immagine culturale dell'anziano**, soprattutto nella società occidentale e Italiana è impresa piuttosto complessa e carica di rischi, primo di tutto quello di **banalizzare una realtà**; si tratta di un tema che presenta molti risvolti che richiedono attenzioni specifiche e competenze e

ancor più chiarezza circa ciò che si vuole considerare.

Un altro rischio o trappola a cui si può andare incontro è quello della **generalizzazione**

- non distinguere ogni singola persona nella sua unicità e irripetibilità
- considerare la persona come membro di un gruppo che ha problemi in comune

In genere agli anziani vengono attribuiti alcuni dei seguenti comportamenti e non è facile, al riguardo, rimuovere queste convinzioni presenti nell'opinione pubblica:

- una certa rigidità mentale,
- un orientamento al passato
- una mancanza o diminuzione di progettualità
- una chiusura al cambiamento e all'innovazione
- una certa ostinazione e suscettibilità
- scarsa adattabilità al nuovo, al diverso
- una certa tendenza al vittimismo, all'ira e ad una eccessiva richiesta di assistenza

Al contrario le diverse angolature dalle quali alcuni studiosi hanno considerato e affrontato lo studio dell'anziano, rilevano una immagine di anziano ancora carica di dinamicità, vitalità e microprogettualità, elementi che sostengono il **principio dell'educabilità** anche nell'età avanzata, età che è la naturale evoluzione della parabola della vita, dopo l'età giovanile e adulta.

E' inevitabile, quindi, confrontarci con l'interrogativo iniziale: *Qual è l'atteggiamento equo nei confronti degli anziani? Nei confronti delle nostre Madri anziane?*

Ci si può chiedere se questo non è un punto di partenza errato. Domandarsi quale sia l'atteggiamento giusto nei loro confronti sottintende, come già dichiarato, che tutto debba provenire dal punto di vista delle altre generazioni o della cultura dominante nella società. La conseguenza è che l'anziano non verrebbe più visto come persona e considerato come tale un valore, ritenendo che non possa più fare niente da solo e che egli non possa neppure più essere considerato in piena dignità.

Si è portati a partire dalla domanda su cosa la società può fare per gli anziani, mentre sarebbe bene porre la domanda in questi termini: che apporto possono dare gli anziani alla società, alle nostre presenti comunità? Per cosa possono essere specificatamente responsabili?

La società potrà integrare gli anziani solo quando avrà imparato a vivere insieme a loro, anziché vivere accanto a loro. All'interno della società si dovrà giungere ad una conversione del sistema dei valori riguardante gli anziani. Ma anche e soprattutto gli anziani possono avere una parte creativa nella ricerca di nuovi legami sociali. Una relazione che rispetti la dignità delle persone è reciproca e ciò richiede negli anziani l'attitudine ad opporsi ai pregiudizi che sussistono

nella vita sociale.

Dal **De Senectute** di Cicerone:

*“Io individuo quattro motivi per cui la vecchiaia sembra triste: **primo**, perché allontana dall'attività; **secondo**, perché indebolisce il corpo; **terzo**, perché nega quasi tutti i piaceri; **quarto**, perché non dista dalla morte”.*

A questo giudizio di Cicerone, oggi noi potremmo aggiungere un ulteriore motivo che rende penosa la vecchiaia. Ed è questo: l'era della tecnica ha spiazzato e reso fuori luogo l'adagio che legava vecchiaia e sapienza e vedeva nell'anziano il depositario di una memoria, di una esperienza che lo rendeva elemento fondamentale nel gruppo sociale, nella comunità in senso ampio. La sapienza dell'anziano pare relitto di un passato ormai remoto oppure ancora presente in civiltà non toccate dal progresso tecnologico e informatico e forse ancora un po' presente negli ambienti della vita consacrata. L'anziano, nel contesto di una società che esalta la produttività, l'efficienza e la funzionalità, si trova emarginato, reso superfluo, inutile, e spesso egli stesso si sente un “peso” per i familiari, per i membri della propria comunità e per la società. Una cultura che canonizza la gioventù e la bellezza, l'attività e la produttività, il potere e la capacità sessuale, considera gli anziani inutili. In un simile contesto **la vecchiaia appare come un passaggio faticoso da una condizione in cui si è definiti dal lavoro o dal ruolo sociale, a una sorta di zona morta di pura negatività.**

Per quanto il discorso sulla vecchiaia sia in realtà un discorso plurale, deve diversificarsi in ogni anziano prestando attenzione alle particolari situazioni di salute fisica e mentale in cui ciascuno si viene a trovare. La vecchiaia è una fase particolare del cammino esistenziale, non una mera anticamera alla morte!

L'APPORTO DEGLI ANZIANI AD UNA CIVILTÀ CHE RISPETTI LA DIGNITÀ UMANA

Partiamo da un interrogativo di fondo: come si può vivere e agire per diventare un essere umano autentico? In che modo l'uomo, la donna può raggiungere il più profondo mistero della sua condizione umana così che la sua vita sia veramente realizzata?

L'umanità è raggiunta in pienezza se l'uomo può svilupparsi in apertura relazionale agli altri e all'Altro, e può così collaborare a una comunità umana in cui il bene della vita è per tutti, giovani e vecchi! Questa è la cornice antropologica entro la quale affrontare la tematica degli anziani nel tentativo di stabilire una prospettiva di umanità. Cercando una risposta alla domanda sulla pienezza di significato o realizzazione della vita lo psichiatra viennese Viktor Frankl afferma che la persona umana non va ridotta ad una ricerca di potere o piacere ma, al di sopra di ciò, è una volontà di significato. Questo deriva dal fatto che la dinamica dell'esistenza umana va al di là dell'individuo stesso ed è rivolta a qualcosa o qualcuno, cioè a un significato che deve essere realizzato in un compito o nell'amore verso altre persone.

Dedicandosi a un significato al di fuori di sé, l'uomo realizza se stesso.

Quanto più adempie un compito, quanto più si dedica agli altri, tanto più diventa uomo. L'humanum è essenzialmente autotrascendenza e non autorealizzazione, così che l'uomo da ultimo non desidera neppure la felicità in sé, ma una ragione per essere felice. (Questo è insito nella vocazione alla vita religiosa che ogni nostra Madre ha abbracciato nella giovinezza e vissuto per molti anni)

E' essenziale dunque, per una vecchiaia ricca di significato, l'essere rivolti ad un compito. La stessa **Simone de Beauvoir** nella sua opera monumentale sulla vecchiaia afferma: "Perché la vecchiaia non sia una derisoria parodia della nostra esistenza esteriore non c'è che una soluzione, quella di **continuare a perseguire dei fini** che diano senso alla nostra vita: dedicarsi ad altre persone, alla collettività, a cause, al lavoro sociale o politico, intellettuale, creativo", alla missione della carità. Gli anziani vivono tra due poli (l'attesa di una vita futura significativa e appagante, da un lato; e dall'altro, la minaccia del morire), è importante che anch'essi continuino a cercare il modo in cui potersi collocare in modo significativo nel mondo degli uomini e delle cose, nella comunità in cui vengono inserite.

Un testimone del nostro tempo, il cardinal Carlo Maria Martini, parlando di sé e del proprio itinerario citava un detto indiano che divide la vita in quattro stagioni come quelle dell'anno: "**la prima** è quella in cui si impara, **la seconda** quella in cui si insegna, **la terza** corrisponde al momento in cui ci si ritira nella foresta a meditare e **la quarta** quella in cui, dopo tutto questo cammino, si impara a mendicare". E' quanto lo stesso Signore Gesù aveva pronosticato all'apostolo Pietro sulle rive del lago di Tiberiade: "In verità, in verità ti dico: quando eri più giovane ti cingevi la veste da solo, e andavi dove volevi; ma quando sarai vecchio tenderai le tue mani, e un altro ti

cingerà la veste e ti porterà dove tu non vuoi" (Gv 21,18). Il termine "verità" nel Vangelo di Gv viene indicato come ricorrente per ben 75 volte, ma a quanto pare proprio l'ultima "verità" solennemente proclamata dal Signore Gesù con il linguaggio proprio del quarto vangelo sembra essere proprio questa: "tenderai le tue mani" e, per riprendere il detto indiano, "mendicherai".

Una simile verità entra in genere in collisione con un atteggiamento così diffuso che traspare nel bisogno di restare giovani ad ogni costo, anzi, nella rimozione del termine stesso vecchiaia: oggi infatti non si è mai vecchi bensì, tutt'al più anziani, cioè, etimologicamente, nati prima.

SPIRITUALITA' E TARDA ETA' ADULTA

Uno dei settori più trascurati nel campo dell'invecchiamento è quello della spiritualità per le persone anziane. Notevoli progressi sono stati fatti in medicina, nell'alimentazione, nelle abitazioni, nei trasporti, nel diritto ed in altre sfere relative alla gerontologia. Purtroppo questi mirabili sviluppi non hanno trovato eco in teologia, in filosofia ed in etica.

La spiritualità è intimamente legata a profonde e rilevanti questioni della vita umana e ai diversi stadi di sviluppo.

Una spiritualità dell'invecchiare dovrebbe iniziare durante il periodo che va dai quaranta ai sessant'anni circa, poiché è proprio allora che si conosce per esperienza la propria mortalità. Se non si inizia a familiarizzare con l'invecchiare durante la mezza età, può riuscire, con l'avanzare degli anni, molto più difficile trasformare le sconfitte in guadagni, in termini di sviluppo spirituale. Parlare di spiritualità dell'invecchiare significa far riferimento ad una religiosità intrinseca nell'affrontare i passaggi della vita con le opportunità che questi offrono di un maggior discernimento ed impegno.

Per esempio, un compito molto importante nella vita è l'affrontare gradualmente in modo creativo la propria mortalità. Questo richiede di solito anni di riflessione, di lotta con se stessi, una crescente stima di sé e la disponibilità a rischiare tutta la propria avventura di vita. Ciò può rivelarsi una profonda esperienza religiosa proprio nel corso del nostro invecchiare. La cultura tecnologica moderna si schiera contro il tipo di predisposizione alla riflessione e spinge le persone di mezza età ad un'attività intensa e competitiva. Questa spiritualità dell'invecchiare possiede, quindi, una componente etica o morale. Gli anziani, che hanno attraversato la crisi della mezza età e della vecchiaia e che si sono riconciliati con la propria mortalità, presenteranno una propensione ad una vita di maggior altruismo. (lo vediamo in tante nostre Madri che si presentano giovani nello spirito e aperte alla vita)

Essi sperimentano un graduale cambiamento che deriva dall'affrontare le perdite personali, i diversi distacchi nel ciclo della vita. Ciò può indurre una persona a crearsi un diverso sistema di valori etici. Aniché puntare soprattutto ad accrescere il benessere personale accumulando potere sugli altri, gli anziani con una spiritualità più profonda avranno imparato ad immedesimarsi con le sofferenze del mondo e ad alleviarle attraverso la preghiera e l'offerta. L'anziano diventerà sensibile a preoccupazioni di tipo etico, apostolico e più ampie all'interno di comunità locali e di

situazioni globali. Naturalmente questo passaggio non è automatico nel processo di invecchiamento. Per una serie di motivi psicologici e culturali, le sfide dell'invecchiamento possono quindi diventare per alcune persone altrettante opportunità di crescita spirituale ed etica, mentre per altre, le stesse esperienze favoriscono una regressione egoistica e atteggiamenti di ostilità sociale.

Cercando di capire lo sviluppo di una spiritualità etica dell'invecchiare, possiamo esplorare le aree cruciali: *a) dell'auto comprensione, b) del modello del lavoro, c) dei rapporti con gli altri e la natura.*

Auto comprensione Il problema centrale della mezza età è il confronto esistenziale con la propria mortalità. La morte è naturalmente compresa durante la giovinezza, ma spesso non come "la mia morte". Si parla spesso di questo senso di mortalità in termini di perdita della giovinezza. Un'altra angustia per l'individuo di mezza età può essere la morte dei sogni giovanili. La persona può tornare a sentire le ferite psicologiche ed i sensi di colpa dell'infanzia; problemi che sono stati probabilmente rimossi nei primi anni dell'età adulta per conformarsi alle richieste della società, alle richieste della vita di consacrazione in comunità. Dal punto di vista di una crescita etico-spirituale, l'individuo di mezza età si trova sulla soglia di una trasformazione personale. Quanto più si affrontano e si accettano le "perdite necessarie", tanto più si è aperti all'esercizio di un potere abilitante sia interiormente che esteriormente. Questo processo dell'invecchiamento implica una serie di conversioni di fronte alle sfide inerenti al ciclo di invecchiamento e ad esso connesse. **Un cambiamento graduale nell'auto comprensione è caratterizzato di solito da atteggiamenti riguardanti la verità, il potere e l'amore.** La ricerca della verità si amplia e ciò equivale ad un'emancipazione della mente che si rifiuta di opporre una facile chiusura ad idee ed avvenimenti nuovi. Come abbiamo sottolineato precedentemente, **il cambiamento che riguarda il potere equivale all'accoglienza di un potere abilitante invece che di un potere di dominio.** L'anziano "abilitante" esercita un potere che stimola la libertà negli altri. La vecchiaia offre la possibilità per continuare questa crescita nella comprensione di sé.

Una società tecnologica e orientata verso i giovani circonda gli anziani di stereotipi negativi sull'essere vecchi. Spesso gli anziani sono colpiti da gravi invalidità fisiche e il pensionamento o il doversi ritirare da un'opera o da un servizio specifico può anche provocare nell'anziana/o un senso di perdita di valore. Può capitare che tali esperienze di invecchiamento creino un senso di amarezza, ostinazione e negatività. Ma troviamo anche **straordinari esempi di anziani**, spiritualmente ed eticamente consapevoli, anche se in condizioni di vita molto difficili. (nelle nostre comunità troviamo belle figure di anziane pienamente realizzate). Questa tipologia di anziani sono i pacificatori, i saggi, la cui sapienza e il cui servizio sono estremamente necessari alla società. Come afferma K. Bart **"La vecchiaia si offre all'uomo come la possibilità straordinaria di vivere non per dovere, ma per grazia"**. Dunque essa è anzitutto un dono che può essere vissuto con gratitudine e nella gratuità: si è più sensibili agli altri, alla dimensione relazionale, ai gesti di attenzione e di amicizia, alla preghiera e alla vita insieme, in comunità; inoltre è la grande

occasione per operare la sintesi di una vita. La vecchiaia è così il *tempo dell'anamnesi*, del ricordo e del racconto: si ha bisogno di narrare, di dire la propria vita, per poterla assumere vedendola accolta da un altro che la ascolta e rispetta. Nell'indubbia decadenza fisica e mentale, nel venir meno delle forze, nella riduzione delle possibilità che la vecchiaia comporta vi è però anche la possibilità di affrontare in modo più diretto le domande che la vita pone, senza le evasioni e le illusioni che le molteplici attività potevano consentire quando si era più giovani.

Che cosa valgo? Che senso ha la vita? Perché morire? Che significano le sofferenze e le perdite di cui l'esistenza è piena? E anche la domanda religiosa, anche la fede può acquisire coscienza e profondità. Vi è dunque un proprium di ciascuna fase della vita: anche di fronte alla vecchiaia si tratta anzitutto di accettarla pienamente e questo consentirà di non viverla come tempo di rimpianto e di nostalgia, ma di coglierla come tempo di essenzializzazione e di interiorizzazione. **E' il tempo in cui la persona può affermare di valere per ciò che è e non per ciò che fa.** Ovvio che questo non dipende solo dall'anziano, ma anche particolarmente da chi gli sta intorno, dall'ambiente in cui vive, la comunità e dalla società che può accompagnarlo/la nel compito di vivere la vecchiaia come compimento, come passaggio alla nuova vita eterna e non come interruzione o come fine, riconoscendo uno spazio di ascolto nei centri dell'attività decisionale.

Il mondo del lavoro e del servizio apostolico. La psicologia moderna insegna che il lavoro o i vari sforzi compiuti da una persona durante la vita costituiscono una fonte per la stima di sé di importanza capitale. Il pensionamento, il dover ritirarsi da un'opera portata avanti per tanti anni, è causa di particolari problemi per gli anziani, per le nostre Madri. In una società tecnologica, l'andare in pensione genera in molti delle difficoltà psicologiche e spirituali. In epoche precedenti ed in culture non occidentali, l'anziano poteva continuare a trovare significato in ruoli di consulenza in una civiltà di grandi famiglie rurali. Ma oggi, in occidente, il pensionato viene spesso tagliato fuori da quel mondo del lavoro che aveva dato senso alla sua vita. Per le nostre madri, lasciare il servizio apostolico, uscire da una comunità apostolica in cui ha dato tutto di se stessa e passare in un'altra comunità può essere motivo di serie difficoltà

L'intero concetto di pensionamento visto come fine della vita lavorativa di una persona va ripensato. Se l'arco della vita umana esige un lavoro, un impegno apostolico che soddisfi la persona e dia un contributo alla comunità, dall'infanzia alla vecchiaia, è allora necessario trovare nuovi modi per sviluppare quelle potenzialità che permettono di lavorare e servire gli altri in età avanzata.

Una spiritualità dell'invecchiare dovrebbe spingere gli anziani a cercare occupazioni che non diano soltanto soddisfazione a livello personale, ma abbiano anche un valore sociale ed esprimano, per noi consacrate, un valore di testimonianza evangelica, di donazione totale al Signore. La società ha bisogno dell'abilità, dell'esperienza e della saggezza della popolazione anziana e ha bisogno di persone che testimonino con la vita il primato del Vangelo. (*ogni Canossiana è a pieno*

titolo apostola anche nella situazione di totale infermità) La cultura tecnologica, dando la priorità al vigore giovanile, spreca i talenti degli anziani a suo stesso danno.

Rapporti con le persone e con lo natura. L'età avanzata comporta particolari sfide che si ripercuotono sui rapporti personali. Ma proprio queste difficoltà, persino la perdita del coniuge o di amici, o di consorelle possono produrre un effetto purificatore ed illuminante per coloro che hanno imparato ad essere pronti ad accogliere le transizioni della natura durante il processo dell'invecchiamento. Questi anziani/ne manifesteranno un minor egoismo, anche se continuano ad essere dotati di una maggiore stima di sé. E questo perché saranno giunti ad amare se stessi dal proprio intimo. Il loro atteggiamento nei confronti del mondo sarà di semplicità e sincerità, di passione per il bene dell'altro, di desiderio di seminare il bene.... Saranno in grado di soddisfare bisogni non appagati della propria personalità facendo cose trascurate in gioventù. Dalla loro stessa diminuzione trarranno maggiore umiltà e compassione. Un'aspirazione di tutti questi anziani potrebbe essere riassunta dalla frase: "Tutta la vita a disposizione degli altri". Invece di chiudersi nei propri limiti, abbracceranno interessi più vasti, cercando di tornare utili alle future generazioni, ai membri della propria comunità.

Una fruttuosa spiritualità dell'invecchiare induce le persone ad affrontare in profondità le perdite, i distacchi, la solitudine e le sfide che fanno parte del processo di diventare anziani e si concentra sulle potenzialità creative di apprendimento di questi settori problematici. Da ciò risulterà una maggiore consapevolezza etica per il miglioramento delle condizioni umane e come lotta per i diritti umani. **Il futuro degli anziani è negli aspetti qualitativi del tempo che loro rimane.** Questi anziani non acconsentiranno ad essere relegati in un'esistenza solitaria ai margini della società o della comunità. Torneranno ai centri di attività decisionale, apportando la propria sapienza a vantaggio degli altri. Ogni comunità trova in questi tipi di anziani modelli da imitare. La vecchiaia, ponendo l'uomo in una grande povertà, lo mette anche in grado di cogliersi nella sua verità, quella che si svela al di là di ogni orpello e di ogni esteriorità. Forse non è un caso che, per Luca, il Vangelo si apra con due figure di anziani: Simeone e Anna che con l'autorevolezza dei loro capelli bianchi ci indicano che vale la pena aspettare il Signore e proiettare ogni attimo della vita proprio verso il momento di questo incontro. L'anziano fa segno, indica, trasmette un sapere e una sapienza. Ed è con la sua vecchiaia pacificamente assunta davanti a Dio e davanti agli uomini, un segno di speranza e un esempio di responsabilità. Afferma C. Molari in un testo: "Non siamo noi ad inventare la vita, ma è la vita che in noi trova spazio per inventare nuove forme di solidarietà, di pace, di giustizia, di condivisione, di fraternità da consegnare alle nuove generazioni. *Saper invecchiare implica l'acquisizione di questa consapevolezza e l'esercizio di questa missione che consente alla storia - e per noi al carisma - di continuare*".

E' questa la grande sfida posta dal modo inedito di affrontare il tramonto della vita in un mondo così nuovo e promettente a livello tecnologico!

Condizione anziana e compiti evolutivi

Come dal fin qui detto possiamo ben comprendere la condizione anziana porta tutti coloro che la vivono o ne entrano in contatto a confrontarsi con alcuni dati antropologici ineludibili sia in termini di compiti evolutivi che di questioni che qualificano l'esistenza.

Possiamo riassumere questi irrinunciabili antropologici nei concetti, che Roberto Mancini utilizza nel testo *"L'uomo e la comunità"*, Edizioni Qiqajon, Comunità di Bose.

●Originalità

Ogni essere umano esiste come realtà unica, originale, distinguibile da ogni altro. Ed è in connessione con un Origine.

●Vulnerabilità radicale

ogni essere umano non solo è finito e totalmente aderente al presente, ma è ancora più esposto essendo auto-cosciente e proteso alla pienezza, a un futuro che non sia la morte

●Poeticità

è la vocazione ad esistere creativamente

●Futurità

è l'apertura innata dell'essere umano oltre l'immediato presente che diventa progettualità.

E' la tensione che fa di noi una sorta di trascendenza vivente nel cuore della finitezza.

Ci pare che attorno al tema vulnerabilità radicale nelle forme della fragilità e della morte debba svilupparsi una riflessione che avviamo e che deve costituire la sostanza di un percorso per educare la vita alla sue transizioni.

LA FRAGILITA' NELLA PERSONA ANZIANA

"Fragile è ciò che è vulnerabile, ciò che può spezzarsi, la fragilità dunque di per sé è qualche cosa che si caratterizza né come problema, né come risorsa, ma più semplicemente come uno stato o un limite della materia e degli organismi viventi."

(dal convegno di Verona).

La fragilità è quindi una realtà che accompagna la condizione umana: il bambino la vive senza rendersene conto e ne fa la sua forza, perché, fidandosi, supera il limite e nelle braccia di mamma e papà si sente sicuro. Il giovane è fragile perché il futuro è incerto; perché cerca un senso alle cose e non sempre lo trova.

E' fragile l'adulto perché cosciente dei suoi fallimenti, perché non ha realizzato quanto

sognava, per l'incoerenza che si ritrova a vivere.

L'anziano è fragile perché più vulnerabile alla malattia e alla infermità, perché non ha più l'autorità di un tempo, perché segnato e spesso sopraffatto dalla solitudine. La fragilità, quindi è condizione che accompagna l'avventura umana dal nascere al morire; a livello personale e sociale.

Diversi sono i tipi di fragilità: fisica, psichica, relazionale, emotiva, sociale, spirituale, economica ...

All'uomo sono dati più anni da vivere grazie alla scienza e alla medicina, tuttavia gli sono tolti dei compiti con l'età pensionabile o col ritiro dall'opera per cui si trova ad essere ancora efficiente, ma considerato improduttivo e quindi invitato a mettersi da parte.

Questo processo può portare il soggetto a chiudersi in se stesso, a cadere nella depressione e nella inattività, ma può anche renderlo capace di fare sintesi nella propria vita, acquisendo una vera e propria sapienza, diventando prezioso per sé e per gli altri, spendendosi nelle diverse attività di volontariato e/o di servizio alla comunità.

Da sempre l'uomo ha fatto esperienza di fragilità, ma solo in questo tempo la fragilità assume la connotazione di problema culturale, nel senso che incide in modo decisivo sulla concezione che ogni individuo ha della vita umana.

C'è in chi vive le fragilità, direttamente o indirettamente, una situazione di disagio, che può arrivare fino al rifiuto delle situazioni penose da cui nessuno è escluso (malattie disabilità, povertà, solitudine ecc). Non sono più capaci di accettare le fragilità, anche quelle ordinarie, e in alcuni casi si ritiene che a causa di esse la vita sia poco meritevole di essere vissuta, mentre è il nostro mutamento di concezione del valore della dignità umana che ha in realtà impoverito ognuno e ha reso problematico il corretto modo di intenderla e di viverla.

I fattori che determinano lo stato di fragilità nella persona anziano sono molteplici:

- L'età superiore ai 75 anni
- la situazione di dipendenza economica e dipendenza dagli altri
- la percezione di inadeguatezza in riferimento all'adempimento di alcuni compiti che in certe fasi della vita avevano costituito parte dell'esistere.
- l'ospedalizzazione che può creare disorientamento
- eventi sentinella quali l'insicurezza nel deambulare, l'insorgere dell'incontinenza, il ricorso a farmaci in aumento, l'aumentare di alcune paure
- la disabilità cognitiva; che inizia con la perdita di memoria.
- la depressione che toglie il senso del vivere.
- la poli-patologia (diabete, ipertensione, cardiopatia ecc ..), patologie che convivono nella stessa persona.

Tutti questi fattori determinano nell'anziano uno stato di vulnerabilità, col rischio di rompere un equilibrio già precario.

Una volta che questo equilibrio si è incrinato, la fragilità può diventare un peso per sé e per gli altri, oppure può trasformarsi in risorsa.

La fragilità assume la connotazione di peso quando:

- la persona anziana è sola a portare la fatica della malattia, della inattività, dell'isolamento che ne consegue
- Il soggetto non accetta la propria situazione di limite, di infermità, di dipendenza avendo posto lo scopo della propria vita nel servizio agli altri in famiglia o in comunità, perdendo così gradualmente e impercettibilmente la capacità di prendersi cura, cioè l'attitudine a leggere il proprio vissuto, le proprie emozioni per lasciarsi ammaestrare dalla vita, a curare la propria spiritualità senza ritenerlo un lusso.
- ci sono difficoltà economiche che limitano le possibilità di cure.
- le relazioni interpersonali non aiutano a valorizzare la persona in quanto tale, ma sono dettate dalla efficienza, dal rendimento, dalla bellezza dal successo dall'autonomia.
- prevale il senso di inutilità, non c'è il gusto del vivere perché mancano gli interessi, gli stimoli che aiutano a valorizzare questa particolare stagione del vita.

La fragilità è peso per la famiglia o per le comunità quando:

- queste ultime sono lasciate sole dalle istituzioni a gestire situazioni impegnative dal punto di vista assistenziale, ma anche economico (malattie rare, malati in coma, portatori di handicap, malati mentali, anziani disabili con demenza ecc ...)
- quando sono composte da un numero ristretto di persone, costrette a lavorare molto e fuori casa, con figli, in appartamenti piccoli con barriere architettoniche che impediscono i normali contatti con la gente.
- quando le persone che devono assistere altre persone malate e disabili con polipatologie sono già anche loro in età avanzata

Molte di queste situazioni per noi che viviamo in comunità vengono risolte diversamente o si manifestano in maniera diversa determinando comunque una situazione di disagio.

La fragilità può diventare risorsa per se stessi nel momento in cui la persona viene valorizzata per ciò che è, indipendentemente dall'età, dalle patologie che la limitano, quando sa attingere dal proprio bagaglio di esperienza personale, sa donare sapienza di vivere, sa valorizzare il tempo presente senza essere sempre rivolta al passato per rimpiangerlo, sa guardare avanti godendo di quanto la circonda, diffondendo gioia di vivere, accettando, pur con fatica, gli

inevitabili acciacchi dovuti al logorarsi del proprio corpo.

Diventa risorsa per gli altri, per la società, per la comunità, per la Congregazione allorché il tanto tempo libero, dato dal pensionamento e dal non avere un servizio apostolico specifico è messo a disposizione nei vari modi possibili: in famiglia, badando ai nipotini quando i genitori lavorano, aiutando come si è in grado di fare chi deve reggere attività, andando a trovare altri anziani soli per trascorrere qualche ora in compagnia, arricchendo il proprio bagaglio culturale in vari modi: università per anziani, partecipazione a convegni, ecc ... coltivando hobbies: letture, musica, ballo, viaggi, curando la propria spiritualità partecipando alla varie iniziative parrocchiali, dandosi da fare in piccoli servizi nella comunità,

La fragilità inoltre diventa una risorsa in quanto suscita amore, capacità di donazione, opportunità di gratuità in coloro che li circondano: famigliari, consorelle, volontari, operatori sociali, amici.

LA MORTE E LA ELABORAZIONE DEL LUTTO

La morte è una realtà che accompagna la vita della persona umana molto prima della morte effettiva, attraverso perdite, distacchi lutti particolarmente sentiti quando riguardano una persona cara.

Anche se c'è la consapevolezza che questo accade, ciò nonostante nessuno è vaccinato contro la sofferenza che essa produce, c'è bisogno non solo di tempo perché la ferita si rimargini, ma di un processo di rielaborazione e quindi di accettazione di quanto è accaduto.

Amare qualcuno significa accettare che, lentamente o improvvisamente, giungerà il momento del distacco. Più si vive e più aumentano i distacchi e lentamente ci si avvicina alla separazione ultima che è la propria morte. Questa consapevolezza porta a far tesoro di ogni momento, a vivere morendo, ma anche a morire vivendo; in altre parole, la sfida consiste nell'onorare la vita, che è intrisa di morte, e a celebrare il morire, colmandolo di vita.

Il distacco si può declinare in tre termini di riferimento: **Cambi, Perdite, Lutti**.

I **cambi**: richiedono adattamento, flessibilità. Possono essere positivi, ricchi di stimoli, ma possono essere anche negativi per la persona che li vive e quindi rendere la persona chiusa in se stessa prigioniera della paura.

Il cambio può essere: un trasferimento di comunità, di città, cambio di persone con cui relazionarsi, cambio di lavoro, di ruolo, di modo di pensare ecc ... I cambi possono essere desiderati, temuti, preferiti.

Le **perdite** costringono l'uomo a riflettere sulla provvisorietà di ogni bene e di ogni legame. Questa consapevolezza produce sofferenza, ma al tempo stesso, genera saggezza purificando lo

sguardo su ciò che rimane essenziale nella vita. Ognuno di noi ha la sua storia di perdite e separazioni che possono averlo esasperato, complessato, mortificato, colpevolizzato, stimolato, rafforzato, maturato. Per ciascuno di noi le perdite hanno nomi, significati e intensità diverse.

Ci sono:

Perdite interiori: perdita della libertà, delle motivazioni, dell' autostima, della speranza, dell'amore, della privacy, della bellezza.

Perdite affettive: la morte di un proprio caro, la separazione di un coniuge.

Perdite geografiche: della propria casa, della terra, lingua cultura, religione.

Perdite professionali: perdita di lavoro, stipendio, reputazione.

Perdite relative alla salute: perdita di autonomia, di una parte del proprio corpo.

Alcune perdite sono temporanee e concedono tempi per l'adattamento, altre sono improvvise, irreparabili e si lasciano dietro amarezza e incredulità. Di tutte queste perdite la più temuta è la morte perché ha il carattere della definitività. Spesso una perdita grave genera altre perdite, è come gettare un sasso in uno specchio d'acqua: si produce un'onda che genera altre onde, finché tutta la superficie dello specchio d'acqua risente del cambiamento.

Ad esempio la perdita improvvisa di un padre di famiglia, causa perdite affettive, perdite economiche all'interno del nucleo familiare, con conseguente perdita di sicurezza.

Le circostanze della morte influiscono sul processo di elaborazione del **lutto**.

La morte per malattia terminale dà la possibilità di un cordoglio anticipato, mentre la morte improvvisa come il suicidio sconvolge la vita lasciando sensi di colpa, di rabbia, di vergogna. Inoltre la rielaborazione del lutto dipende molto dal tipo di relazione che esisteva con la persona deceduta.

Ci sono due termini usati per illustrare le reazioni che accompagnano l'esperienza di un distacco: cordoglio e lutto.

Cordoglio, dal latino cor-dolium (il cuore che duole) è il processo di reazioni o travaglio interiore sperimentato da chi vive una perdita. Il cordoglio coinvolge la sfera emotiva, cognitiva e comportamentale della persona. Il tipo di perdita definisce l'intensità e la durata del cordoglio.

Il lutto, dal latino lugere (piangere) si riferisce più propriamente al tipo di perdita connesso alla morte e include oltre al cordoglio interiore, un insieme di pratiche e riti esterni di natura culturale, sociale e religiosa, che l'accompagnano.

Vi sono varie forme di lutto. Nel linguaggio comune quando si parla di lutto, si pensa al periodo successivo alla morte di una persona e alla sofferenza di chi resta, ma in realtà il processo elaborativo della perdita inizia quando la morte si annuncia: prima come una minaccia alla scoperta di una malattia grave, poi durante l'iter delle cure e ancor più nella fase terminale della vita. Per questo si parla di lutto anticipatorio, quando, sia il malato che i familiari si preparano

all'evento prefigurandolo.

Il lutto è un'esperienza inevitabile, ma non sempre è vissuta in forma normale, cioè sana: vi sono modalità problematiche in cui il processo di elaborazione del lutto viene bloccato.

Il lutto è un lavoro che richiede:

- tempi adeguati
- rituali e manifestazioni esterne
- processi psicologici

Il tempo, da solo, non guarisce il dolore.

Il fattore decisivo non è il tempo in sé, ma come esso viene utilizzato, se per attivare risposte costruttive per mezzo di risorse interiori e reimmergendosi nella vita, oppure di chiusura nel proprio dolore.

Riveste notevole importanza nel processo di guarigione il tipo di rapporto che esisteva tra il superstite e il defunto, (intimo o distante, di supporto reciproco o di indifferenza, di stima reciproca o di costante conflittualità ecc ...) l'atteggiamento assunto di fronte alla sua morte (di accettazione o di ribellione, di gratitudine per quanto ricevuto, o di disperazione per quanto perduto.)

Le importanti esperienze della vita necessitano di rituali per non rimanere incomplete, per esempio: i riti delle esequie, i necrologi, le veglie funebri, il vedere il cadavere, le messe di anniversario, le condoglianze da parte di parenti e amici.

Tutto ciò aiuta nel rielaborare la perdita.

E' ovvio che dove non si è potuto vedere il cadavere, perché manca la certezza della morte, o non ci sono stati i riti per suggellare il distacco, il processo di rielaborazione del lutto è più complicato e più difficile.

Il superamento di una perdita è legato ad una serie di compiti da completare:

1.L'accettazione della perdita

2.L'espressione dei sentimenti e il graduale superamento delle reazioni che bloccano la crescita.

3.L'adattamento ad una vita cambiata

4.Il coinvolgimento in nuove relazioni o in lavori e progetti che riemergono nella vita.

La mancata elaborazione di una perdita significativa può provocare:

malattie somatiche, problemi psichici, talvolta, morti anticipate

L'elaborazione del lutto è un processo complesso che varia a secondo delle esperienze personali e delle diverse connotazioni culturali. Ciò nonostante è possibile identificare alcune tappe di un cammino il cui scopo è di portare la persona a uscire dal tunnel della sofferenza certamente cambiata e possibilmente arricchita. E' innanzitutto necessario un accompagnamento

perché la persona colpita dal lutto sia in grado di sanare le proprie ferite facendo appello alle risorse presenti in se stessa.

Chi accompagna le persone in situazione di lutto deve soddisfare alcune condizioni, perché il suo aiuto riesca efficace:

Integrare le proprie ferite. Non è possibile accompagnare chi è nel lutto senza aver prima compiuto un cammino personale volto a sanare le proprie ferite costituite da separazioni, lutti, distacchi, perdite a livello fisico, emotivo e spirituale utilizzando le risorse presenti nella propria persona.

Stabilire un rapporto di vicinanza. La persona deve avvertire accoglienza, rispetto, comprensione, fiducia.

Far leva sulle risorse personali della persona in lutto e di quelle che la circondano (vedi comunità) Ogni persona possiede un potenziale, costituito da risorse umane e spirituali. In una situazione come quella del lutto tali risorse possono rimanere nascoste e inutilizzate: è quindi importante aiutarla a liberare il proprio potenziale in maniera che venga posto a servizio del processo di crescita.

Anche in comunità si possono trovare risorse quali, celebrazioni, incontri tra consorelle, parlare della persona defunta, rinnovare la nostra fede nel Dio dei vivi, nella vita nuova che continua oltre la morte.

Familiarizzarsi con il processo del lutto. La nostra vita è piena di addii, di separazioni, di perdite. Il lutto è anche una speranza, un'occasione per dare una nuova direzione alla nostra vita. Ogni esperienza di morte ci porta a vivere una doppia esperienza, lasciare andare il vecchio per accostarci al nuovo. Non possiamo scegliere se accettare o meno una perdita o una separazione, possiamo solo decidere come affrontarla. Se riusciamo a viverla fino in fondo, possiamo sperimentare l'effetto curativo.

L'educazione degli adulti e degli anziani

Tutti gli argomenti esposti ci portano a condividere la posizione di chi sottolinea la necessità o meglio l'urgenza di **mettere in atto veri e propri cammini educativi** (principio dell'educabilità dell'anziano) a vantaggio degli individui come singoli, come gruppo sociale e come comunità religiosa; emerge anche la necessità di coniugare il **rapporto tra l'educazione degli adulti e quella degli anziani** per una continuità costruttiva. La scoperta di questo rapporto è ancora abbastanza nuovo e recente e si apre principalmente su orizzonti ricreativi e socio-culturali.

E' importante sottolineare che in questo processo di educabilità entrano in gioco tre componenti:

- l'educazione
- la didattica, con riflessioni su problematiche di tipo pratico
- l'animazione con il suo metodo specifico e le tecniche che lo declinano.

Si ritiene importante **ri-elaborare**, da parte di ciascuno, soprattutto degli anziani, una **immagine di sé** che permetta di **rapportarsi correttamente** con se stessi, con gli altri e con l'ambiente che ci circonda.

Nell'età anziana Il rapporto con il tempo cambia; non scorre allo stesso modo nei diversi momenti della nostra esistenza: si fa sempre più celere a mano a mano che si invecchia ... Il paradosso è che questa velocità non sempre difende il vecchio dalla noia e dalla solitudine, al contrario.

Una **sottolineatura importante**, nel processo educativo dell'anziano è l'utilizzo del **metodo autobiografico** e, più in generale, del metodo narrativo che fa dell'anziano il protagonista narratore della sua vita che, lo conduce anche ad un incontro più costruttivo con le altre fasi della vita. Nelle nostre comunità di Madri anziane questo specifico metodo di "racconto" del proprio vissuto all'interno del gruppo, diviene un momento privilegiato di gratitudine e di cammino insieme, di comunione ecc...

Questi metodi educativi, da una parte aiutano il soggetto a far emergere il proprio vissuto, a condividere esperienze significative, progetti realizzati, affetti e sogni e dall'altra parte stimolano chi ascolta ad affrontare una riflessione personale, permette cioè di portare alla coscienza aspetti nuovi, magari mai considerati.

Per facilitare una riflessione su questa priorità educativa anche nell'anzianità sviluppiamo qui un ragionamento su linguaggio e creatività.

LINGUAGGIO E INVECCHIAMENTO

Il termine comunicazione deriva dal latino *communio* e indica l'azione del mettere in comune. Nell'anziano la comunicazione descrive una notevole variabilità di espressioni e sembra assumere significati e caratteristiche differenti in rapporto alla dicotomia che declina l'invecchiamento: declino o proseguimento dell'autonomia e del processo creativo. Il rapporto con l'anziano implica rispetto e misura nelle parole e nei comportamenti. Il lessico utilizzato dall'anziano può fornire molte indicazioni sulla sua provenienza, cultura, storia, abilità e competenze prevalentemente esercitate. Il vocabolario impiegato orienta la comunicazione, rappresenta un'ampia variabilità di interazione, una corsia preferenziale di opportunità all'intesa relazionale.

Le argomentazioni liberamente scelte dall'anziano all'inizio o nel corso della comunicazione costituiscono specifici inviti, vie di accesso al suo mondo interiore, alla sua memoria ed alla sua condizione attuale. **L'anziano ha una lunga storia da raccontare**, sono numerosi gli eventi e le esperienze che ha vissuto. Gli anziani spesso sono misurati nel parlare, soppesano le pause, si soffermano nel silenzio, raccontano quanto sa cogliere chi ascolta, evitano di affrontare o approfondire taluni argomenti per non metter in difficoltà l'interlocutore. Desiderano parlare ma sanno anche tacere. A volte il silenzio rappresenta un forte richiamo alla partecipazione emotiva, all'ascolto sensibile e rispettoso di un pensiero, un sentimento, un dolore, un segreto che ricercano la via della parola, dell'accoglienza e della comprensione. Il silenzio nasconde infatti significati, può costituire un delicato invito alla compartecipazione della propria vicenda umana. Soprattutto l'anziano con problemi di salute richiede sguardi che si soffermano, parole ponderate, paziente attesa, sensibilità nell'accogliere un'emotività, a volte da lungo tempo ferita e inespresa. **La disponibilità ad un ascolto attento e profondo rappresenta una condizione indispensabile per consentire una libera narrazione, per costruire e raggiungere un'empatia relazionale che facilita l'espressione di esperienze di particolare valore e significato, promuove l'intesa e l'esperienza comunicativa.**

L'anziano può aver bisogno di molto tempo per raccontare e raccontarsi, deve percepire un clima intorno a sé di fiducia, di desiderata condivisione, di reale interesse, deve sentirsi accettato, libero dai pregiudizi altrui. Generalmente l'anziano desidera parlare di sé e sa esprimere nell'intimità di un colloquio le passioni, i tormenti, le speranze, i valori ed il senso del proprio incidere esistenziale. Ascoltare un anziano è imparare sulle generazioni che precedono, sulla sua vicenda personale, sulla natura del percorso umano, è apprendere direttamente un arco di storia da una storia che non è mai solo privata. Il racconto dell'anziano si modula sulle capacità di ascolto del suo interlocutore; spesso i limiti, le strettoie, le vie e gli spazi di una comunicazione

sono tracciati dalle caratteristiche verbali e non verbali dell'interazione.

Il racconto nelle nostre comunità può essere facilitato dal fatto che l'anziana è sempre vissuta insieme ad altre, in comunità e che le persone, il più delle volte, si conoscono da lungo tempo e hanno vissuto, insieme a qualcuna, determinate esperienze apostoliche per cui il racconto diviene reciproca condivisione.

COMUNICAZIONE E INTERGENERAZIONALITA'

Nelle comunità contadine, caratterizzate da gruppi familiari allargati, pluri-generazionali, la comunicazione intergenerazionale faceva parte delle consuetudini e dei costumi della vita quotidiana. Nella società moderna, specie nelle aree urbane e metropolitane, si è diradato il rapporto tra vecchi e nuove generazioni. Nelle nostre comunità si è diradato perché le sorelle giovani sono sempre meno e prevale, in genere l'età adulta e anziana.

Tuttavia recenti indagini hanno documentato una tendenza di anziani e bambini a riscoprire il valore affettivo, educativo, culturale, ludico e creativo dell'inter-generazionalità. Il racconto costituisce la modalità più diretta per trasferire i propri pensieri, emozioni e il senso delle cose per le quali si è vissuto. Ma non sono solamente gli anziani a insegnare alle giovani generazioni, talora il rapporto si inverte, sono i nipoti ad aiutare i nonni ad accostarsi alle innovazioni tecniche. La relazione tra generazioni sembra riconciliare natura e cultura, chiarire e separare conoscenze tecnologiche e sapere umano, ridisegnare con rinnovata fiducia il senso dell'esistenza.

Diventare ed essere nonni aiutano a ritrovare le motivazioni, a riscoprire il valore del raccontarsi, del trasmettere contenuti e riferimenti educativi, memorie e insegnamenti, a scorgere un pensiero nuovo attraverso la fantasia e la curiosità del nipote. L'anziano racconta e interpreta un tratto di storia, di vita e nella narrazione ricomponе l'immagine e la trama dei ricordi. Scrive Gabriel Garcia Marquez: *"La vita non è quella che si è vissuta, ma quella che si ricorda e come la si ricorda per raccontarla"*.

CREATIVITA'

La creatività esprime la capacità di ampliare competenze ed esperienze di costruire percorsi di crescita individuali e comunitari, di scoprire se stessi e di realizzarsi. E' presente in ogni persona, di qualsiasi età, si sviluppa e si arricchisce nel corso della vita, non solo non si esaurisce con gli anni, ma può trovare ulteriori motivi di accrescimento e di espressione.

L'anziano è in grado di scoprire la propria creatività dimenticata e di manifestarla in tante modalità diverse, individualmente, in coppia, in gruppo. Il suo pensiero orienta verso soluzioni innovative la sua intelligenza viene sottoposta a frequenti stimolazioni e in tal modo va incontro meno facilmente a quel progressivo declino tanto frequente in chi non continua a far lavorare attivamente e non solo passivamente il proprio cervello.

Ogni anziano può essere creativo sia pure in misura molto differente: anche chi presenta

limitazioni sul piano fisico. La riattivazione della creatività in età avanzata rappresenta anche un compenso alla riduzione progressiva di funzioni sensoriali e neuromotorie. Questo è un cammino forte da attivare, con competenza e con strumenti adatti anche nelle nostre comunità di Madri anziane e, ancor prima, in comunità apostoliche dove c'è la presenza di qualche soggetto anziano.

Le ricerche hanno dimostrato che anche le persone abituate da lungo tempo a svolgere attività e compiti esecutivi meccanici, qualora vengano adeguatamente sollecitate riescono ad esprimere il loro potenziale creativo, non solamente in attività artistiche tradizionali. Anche in attività come costruire un oggetto artigianale, preparare un piatto, tessere una tela, allevare un animale, organizzare un dibattito, un viaggio, uno spettacolo, svolgere un esercizio sportivo può rivelarsi quella tendenza creativa presente in ogni persona. Non solo la creatività può emergere in età senile, ma quando compare consente di invecchiare con maggiore serenità. Il ritorno delle espressioni creative in età avanzata - favorito dalle maggiori opportunità relative al tempo libero, dall'allentamento dei vincoli sociali e familiari, connessi al lavoro e al mantenimento dei figli e/o dal distacco da una comunità o da un'opera vissuta con grande passione - dimostra che la loro potenzialità non si era estinta, ma soltanto congelata in età lavorativa.

L'espressione creativa in età senile può influenzare la qualità del processo di invecchiamento, sollecitare nuovi interessi e impegni, modificare il senso della quotidianità e dei giorni a venire e riscoprire una nuova dimensione apostolica: la missione della preghiera e dell'offerta e, dove è possibile, della relazione interpersonale con la gente. .

Per Erich Fromm, che ha studiato il rapporto tra processo creativo e sentimento di sicurezza, *“Essere creativi significa considerare tutto il processo vitale come un processo della nascita e non interpretare ogni fase della vita come una fase finale. Molti muoiono senza essere nati completamente. Creatività significa aver portato a termine la propria nascita prima di morire. Educare alla creatività significa educare alla vita”*.

Piaget riconosce nell'atto creativo le capacità di associazione e dissociazione. Per Maslow la creatività corrisponde alla possibilità di risolvere i dubbi e le incertezze, di affrontare i rischi e l'ignoto con sicurezza, di integrare i vari aspetti della personalità. Rogers considera l'atto creativo subordinato a tre considerazioni interiori:

- a) disponibilità all'apertura e all'estensibilità dell'esperienza;**
- b) tendenza all'espressione e realizzazione di una parte di se stessi;**
- c) capacità di elaborare funzioni e concetti.**

“Il significato di creatività si è smarrito disastrosamente nel convincimento che si tratti di qualcosa a cui ricorriamo occasionalmente, soltanto nei giorni di festa. La premessa da cui dobbiamo partire per discernere il vero significato di creatività è che in essa si esprime l'uomo normale nell'atto di realizzare se stesso, non come prodotto di uno stato morboso, bensì come rappresentazione del massimo grado di equilibrio

emotivo ... che si ritrova nell'opera dello scienziato o dell'artista, del pensatore o dell'esteta ... o nel normale rapporto di una madre con il figlio", afferma Rollo May.

La dimensione creativa si può manifestare nelle varie situazioni che l'essere umano sperimenta, lungo l'intero arco della vita. Le capacità di conoscere e di inventare non si esauriscono alla soglia dell'età e delle sue scadenze, In età senile, la creatività può aiutare le persone a non smarrirsi nel vuoto esistenziale, a stimolare le capacità cognitive; il processo creativo può favorire la ripresa di attività e funzioni, dare più senso ad una fase della vita spesso trascurata dal mondo moderno.

Occorrono competenze e strumenti adatti per favorire questo processo di creatività all'interno delle nostre comunità, a volte ancora un po' rigide e un po' organizzate secondo uno schema più del passato, dove era prevalente la sottomissione, la rinuncia, la poca considerazione delle personali capacità di ciascuna.

Membri della Commissione

Coordinata da M. Maria Bragantini
con la supervisione del *dott. Michele Marmo*

M. Boninsegna Elda

M. Doldi Elisa

M. Gamba Giuseppina

M. Low Rose

M. Marchetto Lina

M. Marchiori Rina

M. Odorizzi Emilia

M. Regazzoni Milena

Dott. Roncarà Matteo

INDICE

1. Presentazione	pag. 1
2. La situazione	pag. 3
<i>alcuni aspetti demografici dell'invecchiamento</i>	
<i>Alcuni aspetti sociali dell'invecchiamento della popolazione</i>	
<i>L'apporto degli anziani ad una civiltà che rispetti la dignità umana</i>	
<i>Spiritualità e tarda età adulta</i>	
3. Condizione anziana e compiti evolutivi	pag. 12
<i>La fragilità nella persona anziana</i>	
<i>La morte e la rielaborazione del lutto</i>	
4. L'Educazione degli adulti e degli anziani.	pag. 19
<i>Linguaggio e invecchiamento</i>	
<i>Comunicazione e intergenerazionalità</i>	
<i>Creatività</i>	
5. Buone prassi esistenti nelle Comunità di infermeria	pag. 24
6. Alcune proposte concrete	pag. 26
7. Allegati	pag. 27
<i>allegato 1: una esperienza a cui attingere</i>	
<i>allegato 2: schema carta dei servizi</i>	
<i>allegato 3: politica della qualità</i>	