

L'attenzione spirituale uguale benessere per chi soffre

di Padre Carmine Arice

“Neural Correlates of Personalized Spiritual Experiences” è il titolo di una interessante ricerca pubblicata lo scorso anno dall’Istituto Nazionale della Salute presso l’Università di Oxford, a firma di eminenti studiosi del sistema neurologico quali i professori Miller e Balodis. In essa si mostra scientificamente l’influsso positivo della “pratica spirituale” sull’attività cerebrale dell’uomo, soprattutto se fragile. Come dire: per star bene l’uomo non ha bisogno solo di godere buona salute fisica e nemmeno, se malato, di avere cure sanitarie, assistenza e medicine; la persona umana ha bisogno anche di senso, ha bisogno di comprendere cosa muove il suo agire e cosa dà un orientamento significativo alla sua vita.

Ha scritto Cicely Saunders, assistente sociale, infermiera, medico e psicologa (una persona, quindi, con uno sguardo integrale, nota nella storia della medicina per aver dato inizio agli hospice per le cure palliative): “Dopo aver lavorato tanti anni con le persone nella fase terminale della loro vita ho capito che la spiritualità appartiene a ciascuno di noi per il solo fatto di esistere, e questo anche per coloro che non professano un credo religioso”. Si comprende, allora, l’importanza di accompagnare spiritualmente le persone, soprattutto se vivono momenti difficili della vita, di prova, di sofferenza e di malattia. Sono convinto che relazionarsi con il senso della vita, riconciliarsi con sé stessi e con i propri cari, accettare la fase di sofferenza e la prospettiva della morte nella ricerca di un possibile senso, sono bisogni ricorrenti nella vita dell’uomo che vanno ascoltati ed elaborati, pena un’immensa tristezza, inquietudine e disorientamento; sono altresì convinto che un cammino come questo non sempre è facile farlo da soli.

“Il dolore isola assolutamente ed è da questo isolamento assoluto che nasce l’appello all’altro, l’invocazione all’altro” ha scritto Emmanuel Levinas, filosofo personalista. Ricchi e poveri, presunti sani e malati, dobbiamo tutti attraversare il guado della sofferenza, ce lo sta dimostrando in modo così evidente la pandemia dalla quale facciamo così fatica ad uscire. Per questo è importante trovare una mano amica che ci aiuti non solo a sopravvivere ma anche a guarire le ferite dell’anima che a volte non sono meno profonde di quelle del corpo. Quando, poi, questo cammino giunge ad un incontro personale con Cristo, senso ultimo e definitivo della storia, allora possiamo davvero gioire per noi e per coloro che sono affidati alla nostra carità. Non a caso e con grande sapienza, la tradizione della Chiesa ci invita ad amare il nostro prossimo esercitando anche le opere di misericordia spirituale oltre che quelle corporali.

Pensando alla storia di un carissimo amico, Andrea, – un ospite gravemente disabile accolto al Cottolengo sin da piccolo – mi sono sempre chiesto se la sua gioia è stata più grande quando ha

imparato a mangiare con i suoi moncherini alla vista poco graziosi, o quando, dopo un lungo cammino di riconciliazione con la sua storia durato decenni, ha avuto la forza di guardare nel volto la sua famiglia che lo aveva abbandonato e quindi morire senza rancore.

Con ragione papa Francesco ha scritto “Desidero affermare con dolore che la peggior discriminazione di cui soffrono i poveri è la mancanza di attenzione spirituale. L’immensa maggioranza dei poveri possiede una speciale apertura alla fede; hanno bisogno di Dio e non possiamo tralasciare di offrire loro la sua amicizia, la sua benedizione, la sua Parola, la celebrazione dei Sacramenti e la proposta di un cammino di crescita e di maturazione nella fede. L’opzione preferenziale per i poveri deve tradursi principalmente in un’attenzione religiosa privilegiata e prioritaria” (Evangelii gaudium, 200).

Pane e senso, cura del corpo e cura dello spirito: un impegno utile per la nostra vita personale ma non di meno necessario per quanti il Signore affida alla nostra custodia di fratelli e sorelle.