



Il Superiore Generale
Superior General

LETTERA DEL SUPERIORE GENERALE

Memoria liturgica di san Camillo

1614 - 14 luglio - 2015

401 anni della morte

**Ai nostri confratelli anziani e malati
Invecchiare con dignità ed eleganza:
un imperativo etico ed anche una scelta personale!**

Quanto s'addice la sapienza agli anziani ...
(Sir 25,5a)

*Figlio, soccorri tuo padre nella vecchiaia,
non contristarlo durante la sua vita.
Sii indulgente, anche se perde il senno,
e non disprezzarlo, mentre tu sei nel pieno vigore.
L'opera buona verso il padre non sarà dimenticata*
(Sir 3,12-14a)

Nel corso delle visite fraterne, realizzate in diverse aree della geografia camilliana del mondo, in questo primo anno di servizio verso i fratelli del nostro amato Ordine, prendendo sul serio l'invito del nostro pastore, papa Francesco, di uscire da se stessi (*esodo personale*) per *andare incontro ai fratelli*, soprattutto coloro che sopravvivono nelle *periferie esistenziali della vita*, ho avuto l'opportunità di incontrare e di conoscere tanti confratelli anziani e ammalati.

Mi sono imbattuto nel grido di molti, che ha toccato il mio cuore, un grido a volte in difficoltà e/o a volte silenzioso, espresso con le lacrime agli occhi, con occhi tristi e supplicanti: “*Non dimenticatevi di noi, tornate a trovarci*”; “*Prenditi cura del nostro Ordine con affetto, per favore!*” Mi è stato anche ricordato da alcuni confratelli, che un Superiore generale dell'Ordine (1977-1989), p. Calisto Vendrame – che è stato anche il mio direttore spirituale ed insegnante per diversi anni, durante il periodo di formazione a San Paolo, in Brasile – si è ricordato di loro scrivendo una bellissima *Lettera agli anziani*. Questo messaggio si è inciso nei cuori di un'intera generazione di camilliani giovani e adulti allora, molti dei quali sono anziani oggi. Immagino che abbia anche sortito un effetto importante come rinforzo per l'autostima degli anziani, che oggi sono probabilmente nella casa del Padre.

Ricordiamo con nostalgia questo nostro caro confratello, rileggendo questo suo scritto, che è stato pubblicato sul nostro bollettino *CIC – Centro di Informazione Camilliana* – nella rubrica dedicata a *La parola del Superiore generale*. È di sorprendente attualità la visione profetica del suo messaggio, in termini di valori etici cristiani, in tempi storici, sociologici e socio-politici così diversi e differenti da oggi ... e sono trascorsi poco più di 33 anni (cfr. *CIC, n. 147, anno XII, 20 aprile 1982, p. 157-158*). La nostra condizione umana è tale che quando siamo anziani o ammalati, siamo toccati in un modo più profondo nella nostra fragilità e vulnerabilità fino a diventare “*radar ad alta sensibilità*”.

Nell'anno speciale che la Chiesa cattolica dedica alla Vita Consacrata, siamo invitati a “*guardare al passato con gratitudine, a vivere con passione il presente, e a servire con samaritano compassione e ad abbracciare il futuro con speranza*”. Questa lettera in realtà si presenta come una riflessione dal punto di vista etico-pastorale sulla realtà dell'invecchiamento umano globale (N.B: il punto primo può essere anche ignorato da coloro che non sono interessati ad una conoscenza scientifico-accademica del contesto e della realtà del problema in questione) e richiede un po' di tempo, di pazienza e di dedizione per una lettura meditativa. Elaborando questo messaggio ai confratelli anziani e malati di oggi, esprimiamo la nostra gratitudine a coloro che hanno costruito questa eroica storia camilliana lunga più di quattro secoli, per le molte sollecitazioni che ci hanno offerto.

A differenza della cultura asiatica in cui la persona anziana è ancora considerata culturalmente rilevante e socialmente rispettata come la memoria e la saggezza incarnata della comunità (cfr.: in Giappone, il giorno dedicato agli anziani si celebra come festa nazionale), nella nostra cultura occidentale, gli anziani non sono soggetti di molta considerazione. L'enfasi viene posta sempre più sulle loro disabilità e limitazioni, sui costi e le spese necessarie per l'assistenza a livello di politiche di sanità pubblica, sull'aggravio del sistema pensionistico; sempre meno si insiste sulla loro ricca storia di vita, sull'esperienza e la saggezza umana di cui sono depositari. A monte di questa visione riduttiva della persona umana, definita solo per quello che “produce e non per quello che è”, si colloca una grande questione: l'invecchiamento rappresenta una fase della vita caratterizzata da una crisi esistenziale in tre dimensioni: crisi di identità (con la perdita di sé), crisi di autonomia (con una crescente dipendenza dagli altri) e crisi di appartenenza (sradicamento dal proprio ambiente verso una casa di riposo). È necessario recuperare, attraverso un atteggiamento resiliente, il significato di questa *crisi* che colpisce profondamente l'essere anziano, soprattutto nella nostra società ormai definita come *civiltà dello scarto* e della scadenza programmata! Come insiste Papa Francesco: “*Sono stati fatti grandi progressi nella medicina e nell'assistenza sociale, ma si è diffusa anche una cultura dello scarto, come conseguenza di una crisi antropologica che non pone più l'uomo al centro, ma il consumo e gli interessi economici (cfr. Esort. Ap. Evangelii Gaudium, 52-53). Tra le vittime di questa cultura dello scarto vorrei qui ricordare in particolare gli anziani, (...); gli anziani che sono la memoria e la saggezza dei popoli. La loro longevità non sempre viene vista come un dono di Dio, ma a volte come un peso difficile da sostenere, soprattutto quando la salute è fortemente compromessa. Questa mentalità non fa bene alla società, ed è nostro compito sviluppare degli “anticorpi” contro questo modo di considerare gli anziani, o le persone con disabilità, quasi fossero vite non più degne di essere vissute. Questo è peccato, è un peccato sociale grave (...). Qui possiamo imparare un altro sguardo sulla vita e sulla persona umana!*” (Papa Francesco, Torino 21 giugno 2015. Incontro con gli ammalati e disabili. Chiesa del Cottolengo).

Fino a non molto tempo fa si parlava semplicemente di *vecchiaia*. Oggi la letteratura scientifica a proposito dell'invecchiamento distingue tre categorie di anziani: a) gli anziani *giovani* di età compresa fra 65 e 75 anni; b) gli anziani propriamente detti di età compresa tra 75 e 85 anni; c) le persone molto anziane, oltre gli 85 anni, che nel prossimo futuro, secondo i ricercatori di questa area, aumenteranno sempre di più. Al tempo di San Camillo si parlava molto di *poveri e malati*, mentre la categoria degli *anziani* non veniva quasi menzionata nei suoi scritti! Sicuramente ci saranno state persone anziane in quell'epoca. Oggi, però, insieme ai poveri e agli ammalati, abbiamo anche il grande impegno degli anziani da curare, che hanno bisogno di particolare premura ed attenzione, soprattutto se affetti da malattie croniche degenerative come l'Alzheimer e il Parkinson. L'invecchiamento della popolazione è un fenomeno molto recente nella storia umana. Nei paesi sviluppati il numero degli ospedali pediatrici è diminuito in modo significativo e in molti casi sono anche scomparsi, ma in compenso le case di cura e/o riposo per anziani si moltiplicano, diventando una reale forma di *business* redditizio nel panorama del mondo della salute.

Oggi viviamo in pieno l'epoca *glamour* del "post-tutto" in molti aspetti della vita umana. Viviamo in una società chiamata "post-moderna", si parla di civiltà "post-industriale", "post-cristiana" e anche "post-morte" e "post-umana"! Sì! Il "post-umanesimo" è un movimento ideologico che annunciando la messa al bando dalla vita dell'uomo della morte – vista insieme con l'invecchiamento come una *malattia* a cui bisogna trovare un rimedio e non come una dimensione della nostra esistenza – ci offre il "dono dell'immortalità" in questa terra. Oltre a raffinate tecniche pseudoscientifiche, promesse per il prossimo futuro, siamo quasi in grado di fermare l'orologio biologico dell'invecchiamento umano, e allora sì, potremo vivere un'eterna giovinezza (*bio-gerontologia*).

L'umanità non è ancora riuscita a far rispettare ed applicare i diritti fondamentali dell'uomo, proclamati dall'ONU nel 1948, al termine della Seconda Guerra Mondiale (1939-1945), che garantiscono la possibilità di vivere con dignità (libertà di pensiero e di coscienza, educazione, salute, alloggio, lavoro, etc.): ed ora siamo già coinvolti in questa visione antropologica secondo cui l'essere umano è qualcosa che deve essere superato e sorpassato. Naturalmente, ci troviamo di fronte ad un'ideologia, che, così come ha cercato di negare la nostra finitezza, ora cerca anche di negare la nostra condizione umana. L'età non può essere vista come un processo patologico o peggio come un tragico destino rispetto al quale non possiamo intervenire se non accettandolo passivamente!

È necessario scoprire come sia possibile invecchiare con grazia, saggezza, serenità ed eleganza estetica. Questo è l'orizzonte della riflessione che propongo in questo messaggio, il cui contenuto in gran parte si articola in tre fasi: 1) alcune riflessioni etiche su dati statistici circa la realtà dell'invecchiamento umano nel mondo attuale e sulle sfide che si presentano in termini di politiche pubbliche e di cura della salute; 2) la sfida di diventare protagonisti nell'arte di vivere con dignità e di gioire della "Domenica della nostra vita"; 3) alcuni suggerimenti ai giovani e agli anziani, ricordando come gratitudine p. Calisto per l'eredità di tenerezza che lasciato nei cuori di molti confratelli.

1. La longevità umana e l'invecchiamento della popolazione: un rapido *check up* globale!

1.1. Viviamo più a lungo oggi: aumenta il numero dei centenari!

Spesso pregando con il salmista, proclamiamo che "gli anni della nostra vita sono settanta, ottanta per i più robusti: ma quasi tutti sono fatica, dolore, passano presto e noi ci dileguiamo" (Sal 90,10). Oggi viviamo molto più a lungo, già conviviamo con un numero significativo di persone che hanno più di cento anni. Nell'anno 2011 i centenari nel mondo erano circa 316.600, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). La seconda parte del versetto del Salmo indica la sfida: *aggiungere più vita agli anni che anni alla vita*. Infatti la fase finale della vita è sempre più marcata dalla presenza di terribili malattie cronico-degenerative, tra cui – principalmente – il morbo di Alzheimer (demenza) e Parkinson.

Non è più una novità per nessuno il fatto che oggi la popolazione mondiale stia invecchiando con un ritmo molto elevato. I progressi nel campo della salute pubblica, il miglioramento delle condizioni di vita, il progresso della medicina, della geriatria e della gerontologia tra gli altri fattori, hanno contribuito in modo significativo a dare sempre maggiore qualità, dignità e salute alle persone anziane. Tuttavia è molto triste constatare che da questo traguardo molte persone – soprattutto le più vulnerabili e bisognose – siano escluse, pur vivendo in un mondo globalizzato e interconnesso, che sta globalizzando sempre di più anche l'ingiustizia e l'indifferenza, più che la solidarietà. Raggiungere la vecchiaia è ancora un privilegio di pochi, soprattutto nei paesi poveri.

Da un semplice sguardo storico, ci rendiamo conto che la vita umana era molto breve, poco più di duemila anni fa, all'inizio dell'era cristiana. Secondo i dati demografici, in quell'epoca gli esseri umani vivevano in media solo 25-28 anni. Gesù crocifisso a soli 33 anni, si potrebbe già considerato un *uomo vecchio*, avendo vissuto più a lungo rispetto alla vita media delle persone di quel tempo, anche se per noi, oggi, sarebbe ancora molto giovane! Guerra, epidemie, disastri naturali e la mancanza di prevenzione rispetto a malattie endemiche e parassiti sono le cause primarie di un'esistenza breve. Nel 1900, diciannove secoli più tardi, l'aspettativa media di vita degli esseri umani sulla terra si è protratta fino a circa 43-46 anni in media: ciò significa che nel XX secolo abbiamo il doppio come aspettativa media di vita. In questa storia dell'evoluzione della vita umana, in meno di un secolo, prendendo come riferimento l'inizio del XXI secolo, e guardando al XX, nonostante tutte le atrocità, i disastri naturali, le epidemie, per esempio, l'influenza *spagnola* che ha decimato un terzo della popolazione europea nel 1917 e le guerre che sono costate milioni di vite umane, l'aspettativa di vita degli esseri umani è aumentata in media di 20 anni, raggiungendo 60-65 anni come media globale. Ciò significa che in meno di un secolo, abbiamo aggiunto altri 20 anni di vita! Chiaramente l'evoluzione delle conoscenze sulla salute pubblica, la prevenzione delle malattie, la scoperta e l'uso di antibiotici, le migliori condizioni di vita, sono fattori chiave di questa rivoluzione che ha determinato l'aumento della longevità umana.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità, nel rapporto "*statistiche sanitarie globali – 2014*", presenta alcuni dati di questo panorama globale in cui negli ultimi decenni è migliorata sensibilmente l'aspettativa di vita degli uomini. Un bambino nato nel 2012 ha una speranza di vita media di 72,7 se femmina e di 68,1 anni se maschio. Questo significa che ha sei anni in più speranza di vita media mondiale rispetto ai nati nel 1990. I maggiori progressi si sono verificati in paesi a basso reddito, dove l'aspettativa di vita media è aumentato di nove anni tra il 1990 e il 2012, più precisamente di 51,2-60,2 anni per gli uomini e di 54,0-63,1 anni per le donne. Un fattore importante che ha contribuito ad aumentare l'aspettativa di vita nei paesi a basso reddito, è stato la riduzione della mortalità infantile, e la cura delle malattie infettive negli adulti. I sei paesi che hanno registrato i maggiori progressi nella crescita dell'aspettativa di vita della sua popolazione sono stati: Liberia (19,7 anni), Etiopia, Maldive, Cambogia, Timor Est e Rwanda.

I dieci paesi con la più alta aspettativa di vita alla nascita per gli uomini e le donne nate nel 2012 sono: (per gli uomini) Islanda 81,2; Svizzera 80,7; l'Australia 80,5; Israele 80,2; Singapore 80,2; Nuova Zelanda 80,2; Italia 80,2; Giappone 80,0; Svezia 80,0 e Lussemburgo 79,7; (per le donne) Giappone 87,0; Spagna 85,1; Svizzera 85,1; Singapore 85,1; Italia 85,0; Francia 84,9; Australia 84,6; Corea 84,6; Lussemburgo 84,1; Portogallo 84,0.

Come si vede l'aspettativa di vita degli uomini è di circa 80 anni in nove paesi. I valori più alti si registrano in Australia, Islanda e Svizzera. Per le donne, l'aspettativa di vita è uguale o superiore a 84 anni in dieci paesi. L'aspettativa più alta di vita per le donne si registra in Giappone con 87anni, seguito da Spagna, Svizzera e Singapore. All'estremità opposta della graduatoria, ci sono nove paesi, tutti in Africa sub-sahariana, dove l'aspettativa media di vita per uomini e donne è ancora inferiore ai 55 anni.

Non c'è dubbio che si vive più a lungo, ma la durata di questo periodo della vita dipende dalla realtà in cui siamo nati. Un bambino nato nel 2012 in un paese ricco con alto reddito ha un'aspettativa di vita di 75,8 anni, vale a dire più di 15 anni rispetto ad un bambino nato in un paese povero con basso reddito, vale a dire 60,2 anni. Per i bambini di genere femminile la differenza è ancora più elevata: 18,9 anni in più tra i paesi ad alto reddito (82,0 anni) e i paesi a basso reddito (63,1 anni).

Proiettandosi verso il futuro, ci auguriamo che molte più vite saranno certamente salvate dalla cosiddetta *morte prima del tempo*. Abbiamo bisogno di un drastico spostamento da una cultura ed una visione segregazionista e isolazionista degli anziani, che causa la *morte sociale* prima della *morte fisica*, verso

una rinnovata solidarietà inter-generazionale. In molti paesi, nei pressi di case di cura per anziani, si comincia a costruire delle strutture per i bambini con momenti di incontro tra coloro che stanno iniziando il cammino della vita e coloro che stanno quasi dicendo addio alla vita. Ci sono lezioni da imparare da entrambi i lati.

1.2. L'invecchiamento del XXI secolo: un risultato da festeggiare e anche una grande sfida

L'aumento della longevità della vita, che si conclude con il processo di invecchiamento è senza dubbio un trionfo del progresso della conoscenza umana e uno dei più grandi successi del genere umano. Le persone vivono più a lungo a causa di miglioramenti nella nutrizione e nell'igiene, dei progressi della medicina, dell'assistenza sanitaria, dell'istruzione e del benessere economico. In tutto il mondo, l'ONU cerca di incoraggiare attraverso le sue organizzazioni che si occupano del problema della popolazione e dell'invecchiamento umano, il cambiamento di atteggiamenti, di politiche e pratiche sociali per garantire che gli anziani non siano percepiti semplicemente come destinatari passivi di piani pensionistici, ma come partecipanti attivi nel processo di sviluppo, i cui diritti devono essere rispettati.

Ci sono alcune statistiche su questi cambiamenti demografici in corso, che ci danno un panorama emozionante in relazione al fenomeno dell'invecchiamento della popolazione a livello globale. Attualmente la speranza di vita alla nascita è di 80 anni in trentatré paesi: cinque anni fa, erano solo diciannove paesi. Attualmente, solo il Giappone ha una popolazione di oltre il 30% di età superiore ai 60 anni. Entro il 2050, si stima saranno 64 paesi con una popolazione anziana di oltre il 30% del totale. L'invecchiamento della popolazione si verifica in tutte le regioni del mondo, in paesi con diversi livelli di sviluppo. Degli attuali quindici paesi con oltre 10 milioni di anziani, sette paesi sono paesi in via di sviluppo. La speranza di vita alla nascita è aumentata in tutto il mondo. Nel periodo 2010-2015, la speranza di vita alla nascita è aumentata a 78 anni nei paesi sviluppati e a 68 anni nelle regioni in via di sviluppo. Nel 2045-2050, ogni neonato potrà vivere fino a 83 anni in regioni sviluppate e fino a 74 anni nei paesi in via di sviluppo.

Nel 1950, c'erano 205 milioni di persone con più di 60 anni nel mondo. Entro il 2050, si stima che il 10,5% della popolazione africana avrà più di 60 anni, rispetto al 24,5% in Asia, il 24% in Oceania, il 25% in America Latina e nei Caraibi, il 27% in Nord America e il 34% in Europa. Ogni secondo, due persone festeggiano il loro sessantesimo compleanno nel mondo, per un totale annuo di circa 58 milioni di persone. Nel 2012, 810 milioni di persone avevano più di 60 anni, rappresentando l'11,5% della popolazione mondiale. Si prevede che questo numero raggiungerà un miliardo in meno di dieci anni e più del doppio entro il 2050 ossia il 22% della popolazione mondiale. Il numero dei centenari nel 2011, era di circa 316.600: a livello globale salirà a 3,2 milioni nel 2050. In questo momento storico, per la prima volta nella storia ci saranno più anziani che i bambini sotto i 15 anni. Nel 2000, c'erano più persone di età superiore ai 60 anni che bambini sotto i 5 anni.

Le donne sono globalmente più anziane. Oggi, per ogni 100 donne di età superiore a 60 anni, in tutto il mondo, ci sono solo 84 uomini. E per ogni 100 donne di 80 anni, ci sono solo 61 uomini. Queste differenze hanno importanti implicazioni per la politica e la pianificazione dei programmi pubblici di assistenza sanitaria e sicurezza sociale. La generazione più anziana non è un gruppo omogeneo, per il quale siano sufficienti delle norme generali. È importante riconoscere che questa popolazione ha tante caratteristiche, come qualsiasi altro gruppo di età, come età, sesso, etnia, istruzione, reddito e salute.

Per riferimento a reddito e salute, a livello globale, solo un terzo dei paesi (ciò corrisponde al 28% della popolazione mondiale) hanno piani di protezione sociale globale, che coprono tutti i settori della previdenza sociale. Globalmente, il 47% degli uomini anziani e il 23% delle donne partecipano alla

forza lavoro. Trenta anni fa, l'economia era tale che il consumo degli anziani non superava quello dei giovani. In tutto il mondo, oltre il 46% delle persone di età superiore a 60 anni, hanno delle disabilità. Più di 250 milioni di persone anziane presentano una moderata disabilità in questa fase della vita ed è questo l'ambito dove si registra una più pressante necessità per la vita, la disponibilità e l'accessibilità alle cure e all'assistenza sanitaria specializzata, in particolare nel settore riabilitativo.

Il rapporto del *Fondo per la popolazione delle Nazioni Unite (ONU)*, “*Invecchiare nel XXI secolo: celebrazione e sfide*” (2012), presenta i risultati di un sondaggio interessante realizzato tra milletrecento anziani e dimostra che abbiamo ancora molto da fare per offrire dignità di cura per gli anziani e per assicurare la dignità di vivere in libertà e con rispetto riconosciuto. Il 43% ha detto di temere la violenza fisica; il 49% ritiene che saranno trattati con rispetto; il 61% utilizza il cellulare; il 53% ha detto che è molto difficile pagare per i servizi di base; il 44% ha descritto come buono il proprio stato di salute attuale; il 34% ha detto che è difficile o molto difficile avere accesso alle cure sanitarie, in caso di necessità.

In conclusione, si ribadisce la necessità di rispettare gli anziani, di offrire una garanzia di reddito, l'opportunità di un lavoro flessibile, l'accesso alle cure sanitarie e ai farmaci a basso costo, l'alloggio e il trasporto adeguati, l'eliminazione delle discriminazioni, della violenza e degli abusi. Essi esprimono il desiderio di mantenersi come membri attivi e rispettati della società. In molti casi, sono le persone più anziane che offrono assistenza e cura ai bambini e ai nipoti, che svolgono lavori domestici e che a volte offrono sostegno anche attraverso contributi finanziari per la famiglia, con il guadagno modesto della propria pensione.

1.3. Alzheimer: la malattia che sfida la scienza e la nostra solidarietà

Questa malattia è associata al processo di invecchiamento e fino a poco tempo fa si chiamava *sclerosi o senilità* e quando gli anziani presentano problemi di memoria o stato confusionale sono definiti in senso peggiorativo come *sclerotici*. Oggi sappiamo che la perdita di memoria è una questione molto seria ed è indipendente dalla volontà della persona, ma può essere il segno di una malattia molto grave, il morbo di *alzheimer*. Questa malattia colpisce circa 35,6 milioni di persone nel mondo, con la proiezione inquietante del raddoppiare ogni 20 anni, raggiungendo 65,7 milioni nel 2030, secondo le stime dell'Organizzazione Mondiale della Sanità. Il suo nome ufficiale si collega al medico tedesco *Alois Alzheimer*, lo scopritore della malattia nel 1906.

La morbo di Alzheimer non ha cura, ma può e deve essere trattato e colpisce soprattutto gli anziani. Si tratta di una malattia triste e devastante e determina il 70% dei casi di demenza. La malattia si presenta come una forma di demenza, con la perdita delle funzioni cognitive (memoria, orientamento, attenzione e linguaggio), causata dalla morte delle cellule cerebrali. Quando viene diagnosticata in tempo, è possibile rallentare il suo progresso ed avere più controllo sui sintomi, garantendo così una migliore qualità della vita per la persona e la famiglia. Non conosciamo ancora la causa scatenante dell'Alzheimer, ma conosciamo bene i fattori di rischio che favoriscono il suo sviluppo: l'ipertensione, il diabete, il fumo e l'inattività fisica.

Oggi molti film ritraggono i drammi di persone che sono vittime di questa malattia. Questo è il caso, del film *Still Alice* (USA, 2014). In questo film, la protagonista, un'insegnante di linguistica rivela tutta la drammaticità della malattia. “*Tutta la mia vita ho accumulato memorie (...) e sono diventate i miei beni più preziosi, ma tutto questo è stato portato via. Come potete immaginare, questo è peggio dell'inferno*”. Non mancano le numerose testimonianze di eroica dedizione per l'assistenza offerta dai familiari di

questi malati. Maria Soledad C. Ortiz, assistente e membro del dell'Associazione Alzheimer in Costa Rica, parla del dramma vissuto e delle cure che presta a sua madre, affetta dal morbo di Alzheimer.

“Mia madre era la mia migliore amica e confidente, finché un giorno, nove anni fa, ho cominciato a perderla. La mia famiglia ed io stessa, pensava che fosse depressa, ma dopo l'esame medico e i vari test, è arrivata la notizia implacabile: Alzheimer!”

Ho sentito il mondo crollarmi addosso. Non potevo accettare che la mia cara madre non fosse più la stessa, che questa malattia la consumasse e sarebbe giunto il giorno in cui non avrebbe più riconosciuto che ero sua figlia.

Sapevo che tutto quello che potevo fare era solo darle il mio amore, comprensione e sostegno. Ho dimostrato questo in ogni momento, prendendomi cura di lei nella vasca da bagno, dandole il pasto, cambiandole i vestiti, andando a fare una passeggiata, in ogni abbraccio, sorriso e bacio. La vita mi ha dato l'opportunità di ricambiare un po' dell'amore e della dedizione che le mi ha dato quando ero piccola.

È molto difficile e triste quando ti rendi conto che questa malattia progredisce e ci si sente soli. Molti amici e parenti non sanno come aiutare, come comportarsi e semplicemente se ne vanno via, abbandonando la persona stessa. Ma i veri amici rimangono e alcuni membri della famiglia condividono la responsabilità di prendersi cura con amore e dedizione.

Personalmente, mi devo dividere tra l'essere figlia, madre ed assistente. Non è stato facile per me raggiungere il necessario equilibrio, ma con l'aiuto di Dio, sono stata in grado di gestire la cosa, però, ad essere onesti, la stanchezza mi travolge in un momento, ma la gente non si stanca mai di amare”.

Nel bel mezzo di un terribile e drammatico processo di perdita, dobbiamo ricordare che non perdiamo mai la nostra dignità! Le parole sono difficili: meglio il silenzio ed abbracciare in modo solidale la nostra vulnerabilità e quella del nostro prossimo, prendendosi cura degli altri! Questo è l'esempio di un dramma familiare, oggi sempre più frequente, che richiede l'attenzione da parte dei sistemi sanitari di preparare professionisti che uniscano le necessarie competenze tecnico-scientifiche con la competenza umana ed etica, ma che curino anche la formazione di assistenti familiari domiciliari.

Papa Francesco parla della *malattia spirituale di Alzheimer*, che consiste nel dimenticare la storia della salvezza, della storia personale con il Signore. Si tratta di un progressivo declino delle facoltà spirituali che provoca grave instabilità nella persona. Ciò si verifica in coloro che hanno perso il ricordo dell'incontro con il Signore, coloro che sono diventati dipendenti dalle proprie passioni, fantasia e manie e costruiscono attorno a sé dei muri, diventando schiavi degli idoli scolpiti con le proprie mani. Da questa malattia liberaci Signore!

Certamente ogni stagione della vita umana ha qualcosa da offrire alla società. È necessario rinnovare una nuova cultura di attenzione e di rispetto per le persone anziane, attraverso l'educazione e l'attuazione di politiche pubbliche, sociali e sanitarie che creino una nuova sensibilità di apprezzamento della memoria storica, dell'esperienza e della saggezza della vita propria della generazione di anziani che può essere trasmessa ai giovani di oggi, anziani di domani, affinché invecchino con grazia e dignità in futuro.

2. Vivere con gusto e la dignità del nostro "Domenica della vita"!

Il tempo della vita, vissuto come *Króvos*, oggi è molto ben documentato dalla conoscenza scientifica della geriatria e della gerontologia. Ma è documentato soprattutto il percorso di oscurità e di

ombre, che il *Króvos* determina: cambiamenti e drastica perdita di energia, di forza, di abilità, di lucidità e volontà e di coscienza della nostra finitezza. Accogliere, invece, il tempo di vita, come *Kaipós*, come un cammino di luce, mentre si vive nel *Króvos*, è un'opzione per un invecchiamento dignitoso e in buona salute.

Gli anziani non possono vivere passivamente solo secondo lo stile del *Króvos* che punta al futuro invecchiamento come ad un destino implacabile, con la riduzione delle forze, dell'energia, della lucidità e con la crescita della dipendenza dagli altri. L'anziano ha bisogno di espandersi in modo creativo. Sta attraversando una fase di vita piena di saggezza esistenziale e può ancora contribuire attivamente alla vita della comunità e della società. Invecchiare con dignità ed eleganza significa vivere una scelta, una sfida, un obiettivo e una vera missione che comincia da noi stessi, prima di annunciarlo agli altri.

Desidero citare *dom Aloisio Lorscheider* (religioso francescano), cardinale brasiliano, il quale a pochi mesi dalla sua morte (23/12/2007), avvenuta ad 83 anni, ha tenuto una conferenza dal tema "invecchiare con saggezza", ai suoi confratelli francescani anziani, nel medesimo convento dove si era ritirato in silenzio negli ultimi anni. Ha condiviso la sua esperienza personale ed ha parlato della vecchiaia come della «*Domenica della Vita*». Bella immagine, quella usata dal pastore che conosce le sue pecore e riconosce che nella *Domenica* l'essere, il socializzare e il celebrare o il giocare, acquistano la priorità sul lavoro, il fare, le cose e lo stress di tutti i giorni!

È necessario meditare sul messaggio di questo "vecchio saggio e rispettabile" che ci racconta della sua esperienza personale come anziano.

1. *Fare attenzione a non perdere la nostra identità.* Siamo persone dignitose e continuiamo ad esserlo anche quando invecchiamo. Invecchiare non è una fatalità del destino: noi possiamo scegliere come invecchiare senza rinunciare alle nostre capacità e ai doni di essere e di agire. L'ideale è che – nel momento di lasciare questo mondo (morire) – la morte ci trovi ancora pienamente vivi e non vivere solo in attesa della morte, cedendo passivamente alla noia e al pessimismo. È necessario *godere* ogni istante, estraendo tutto il succo della vita.

2. *Tempo di contemplazione.* La vecchiaia può essere anche il tempo della contemplazione e dell'incanto. Noi registriamo molti eventi, situazioni ed incontri lungo tutta la nostra vita, anche esperienze piuttosto tristi, dentro di noi. È necessario contemplare, in modo speciale, la realtà e la verità della nostra fede. Se lo facciamo, il tempo ci apparirà breve, perché ci sono molte cose da approfondire contemplativamente dentro di noi.

3. *Tempo di silenzio.* La vecchiaia è anche il tempo del silenzio. Santa Teresa d'Avila ha sempre insistito sul raccoglimento e soprattutto sul *silenzio interiore*. Quando eravamo più giovani, per natura ed età, siamo stati più inquieti e rumorosi. Un po' più avanti negli anni, si diventa più calmi e riflessivi. Preferiamo posti più silenziosi, lontani dal rumore infernale della città, dal traffico e dalle fabbriche. L'ascolto della musica può essere una conquista importante.

4. *Tempo di spoliazione e di distacco.* A poco a poco ci spogliamo di molte vanità, superficialità, rancori, piagnistei e sofferenze. È il tempo della nostra *Kenosis* personale, del perdono e della capacità di vivere in pace. Con il passare degli anni, rischiamo di diventare come i blocchi di granito, duro, impermeabile ed immutabile. Riteniamo di non avere nulla da imparare dai giovani e ci chiudiamo in noi stessi. Come sono le nostre idee, i nostri gusti e la persone amiche? Dobbiamo trasformare il blocco di granito nel blocco di cristallo.

5. *Tempo di preghiera.* La preghiera è la missione speciale degli anziani. C'è più tempo a disposizione. Se non preghiamo, la nostra vecchiaia perde molto del suo significato. La vecchiaia è un momento speciale per coltivare più intensamente la dimensione spirituale. Ed è bene ringiovanirsi nella nostra preghiera. La preghiera ringiovanisce il cuore. San Paolo ci ricorda che «*se anche il nostro uomo esteriore si va disfaccendo, quello interiore invece si rinnova di giorno in giorno*» (2Cor 4,16). La preghiera è anche un mezzo per uscire dalla solitudine, che è la più grande minaccia della nostra epoca. Ricongiunge noi stessi agli altri e a Dio, rafforzando il nostro senso di appartenenza. Forza misteriosa, ma performante!

6. *Tempo di dominio su noi stessi.* Come ci comportiamo? Come anziani impazienti, egoisti, sussurratori, o come anziani dal cuore paziente, tollerante e distaccato? È necessario creare in noi un nuovo *look* con maggiore serenità nei confronti della vita vissuta. Controllare le irritazioni per coltivare la gioia di essere ancora in vita e potervi contribuire ancora con qualcosa di significativo.

7. *Tempo per coltivare e testimoniare la gratitudine.* Solo coloro che coltivano l'umiltà e abbracciano la propria condizione umana di vulnerabilità sono capaci di ringraziare! Gli arroganti e gli autosufficienti, convinti di bastare a se stessi, non sentono il bisogno di Dio. Siamo grati a Dio per le tante opportunità di crescita meravigliose che abbiamo avuto per tutta la vita. Più che il *lamento*, siamo sfidati a coltivare l'atteggiamento dell'*apprezzamento della vita!* Siamo invitati a esprimere la nostra gratitudine a Dio per le tante persone che ci hanno sostenuto per tutta la vita.

Nella vita ed esperienza pastorale con i malati e gli anziani, ha sempre attirato la nostra attenzione, quanto le persone ci comunicavano, soprattutto prima di un intervento chirurgico serio, per esempio con un reale pericolo di vita: “*Padre, se devo sopportare il dolore o dipendere da altri allora preferisco morire, che Dio mi prenda*”. Troviamo in mezzo a noi, molte situazioni di anziani che soffrono, disgustati per la crescente dipendenza dagli altri per l'assistenza medica e si sentono inutili. Cosa fare per riconquistare l'autostima, la gioia di vivere, anche in queste condizioni di massima vulnerabilità umana? Vivere è con-vivere, aiutandoci solidariamente nei nostri bisogni. Dobbiamo prestare attenzione, perché la nostra società si muove contro questa prospettiva di valori e definisce come qualcosa di *brutto* e perfino di *indegno*, il dipendere dagli altri. Non sarebbe una vita degna di essere vissuta: meglio morire! E quando dobbiamo affrontare qualsiasi difficoltà importante nella vita, o un processo di malattia degenerativa, non ci sono più valori che diano senso e significato alla vita in queste condizioni. In questa situazione, l'eutanasia è vista con grande simpatia ed anche come un'opzione chiara per uscire da questa situazione esistenziale. Dobbiamo imparare ad abbracciare la nostra condizione di vulnerabilità, accettando la cura! Come siamo stati aiutati nel momento della nostra nascita ... così abbiamo bisogno di aiuto anche nell'invecchiare come anche nel momento di lasciare questo mondo. Ricordate come San Camillo ha fatto e insegnato su questo aspetto!

Senza dubbio è una grande sfida quella di prepararsi anche a dire addio a questo meraviglioso mondo creato da Dio. Ricordate il breve inno, che recitiamo tutte le sere a conclusione della giornata – *Nunc dimittis* – conosciuta come il *Cantico di Simeone* (Lc 2, 29-32). È il cantico della notte della vita, pronunciato da un vecchio Simeone già prossimo alla morte e ci ricorda ciò che preghiamo nell'*Ave Maria*: “*l'ora della nostra morte*”. Pregate il cantico del *Nunc dimittis*, ci mette di fronte all'arte, al vecchio stile di preparare anche la nostra partenza da questo mondo, quando sarà giunto il nostro tempo!

La grandezza di Simeone sta nella sua umiltà, nella semplicità dei suoi occhi che vedono la salvezza in un bambino fragile, nella tenerezza del suo abbraccio paterno, ma anche materno nell'accogliere quel bambino appena nato, nella sua disponibilità a fare spazio per gli altri, e sempre pronto a collocarsi a lato, a diminuire in modo che siano gli altri a crescere, come fece il profeta Giovanni Battista. Egli deve crescere, io, invece, diminuire (Gv 3,30).

Non c'è traccia di quella tipica invidia di molti anziani nei confronti di quelli che verranno dopo di loro, nessun sospetto, nessuna gelosia, ma solo gratitudine e gioia serena. In ogni caso, Simeone stava invecchiando in modo sano e sereno.

Simeone vede la salvezza di Dio in quel Bambino, perché accolto nella fede. Egli crede che la Scrittura sia il messaggio di Dio per lui: egli crede nella promessa di Dio. Ecco un ascolto efficace, un ascolto che genera una fede forte e che può trasformarci in esseri umani che vivono l'autunno della vita come persone più aperte, solari, dolci, tenere ed ospitali.

3. Vivere con confratelli anziani e malati e la necessità di prepararsi per invecchiare con serenità!

Noi siamo umani e non angeli, ed è proprio in questa condizione umana, fragile e vulnerabile, che un giorno, a un certo punto della nostra vita, siamo stati toccati dalla grazia divina, in modo misterioso. Siamo stati scelti, istruiti e mandati nel mondo come Camilliani/e per essere ed annunciare una *buona notizia* (Vangelo). Le sfide abbondano in questa missione. Secondo papa Francesco, la Vita Consacrata ha di fronte ai suoi tre grandi sfide da affrontare con coraggio: “declino numerico, l'invecchiamento e il calo delle vocazioni” (*Papa Francesco nel suo messaggio all'Ordine dei Frati Minori, 26 maggio 2015*). Oggi siamo di fronte alla sfida di ristabilire dei legami di solidarietà intergenerazionale, contro un'ideologia che segrega, isola e facilmente scarta gli anziani.

Il nostro stimato p. Calisto Vendrame – ex Superiore generale – in un scritto rivolto trentatré anni fa ai confratelli anziani, già ci ha avvertito che *“non vi è alcuna necessità di separare i nostri anziani. La loro presenza nelle nostre comunità, quando la loro esperienza si combina con la sapienza, è una vera benedizione. Saper ascoltare e dialogare, per scoprire e soddisfare i veri bisogni degli anziani, dei quali spesso neppure lui è pienamente cosciente”*. Un altro punto importante *«è quello di aiutare gli anziani a vivere la loro vita in tutte le sue dimensioni, non sostituendosi a loro»* (cfr.: CIC, n. 147, anno XII, 20 aprile, 1982, p. 155-158). In altre parole, aiutare è rispettare il ruolo degli anziani, la loro autonomia, anche se ridotta, senza essere paternalistici o assumere atteggiamenti infantilistici.

«Alcune persone anziane diventano antipatiche senza necessità, in buona fede (“ma non è sempre una “buona fede”), perché si sentono obbligate in coscienza a vedere, correggere, e forse a censurare e talvolta anche a denunciare. Vorrei, se fosse possibile, risparmiare loro queste sofferenze, così come la comunità, dispensandoli da questo obbligo. Quando siamo anziani, se non abbiamo la responsabilità di Superiore (che è il padre della comunità), saremo tutti molto più amati se sappiamo che si comportano come “nonni”, piuttosto che come “padri”. Il libro Siracide già lo consigliava più di duemila anni fa: *“Parla, o anziano, poiché ti si addice, ma con saggezza, e non disturbare la musica”*» (Sir 32,3).

Padre Calisto ci avvisa: *«Mi sembra importante per il nostro essere religiosi, saper invecchiare con saggezza e serenità, e prepararsi nel tempo per superare la barriera dell'età senza traumi. Sapendo resistere alle due tentazioni di coloro che invecchiano: quella di non accettare la realtà e di non lasciare gli impegni che non possiamo portare avanti con adeguatezza agli altri, e quella all'opposto di perdere la fiducia nella propria forza, anche se ridotta, e abbandonare tutto. Il segreto sta nel sapere lasciare alcune attività e assumerne altre più congrue alle proprie forze, senza mai perdere l'interesse per la vita»*.

«Se potessi dare un consiglio ai miei fratelli più giovani direi: siate pieni di comprensione e amore verso i nostri anziani che con grande sacrificio hanno aperto le strade lungo le quali oggi viaggiamo tranquilli. Si sono sacrificati in modo che noi potessimo avere quello che mai avremmo

potuto avere. Hanno bisogno del nostro riconoscimento e del nostro affetto. Aprite gli occhi per vedere ciò di cui hanno bisogno, dal momento che "un anziano amato, è un inverno pieno di fiori».

«Ai miei fratelli più anziani e malati, dico: abbiamo bisogno della vostra saggezza, esempio, preghiera e calore. La vostra presenza nella comunità è preziosa, non solo perché ci dà la gioia di servire, come Cristo stesso e in ogni caso restituire quanto avete fatto per noi, ma anche per riconoscere che senza di voi, la comunità si sentirebbe un po' orfana e potrebbe dimenticare alcune dimensioni di una realtà che dobbiamo prendere in considerazione, in modo che la nostra vita sia più reale».

«Sappiamo anche che possiamo vivere le "notti dello spirito", perché Dio non è facile per nessuno, anche se Lui e l'amore, o, più precisamente, proprio perché è "Amore". Vedendovi affrontare serenamente il processo dell'invecchiamento, vedendovi vivere non solo di ricordi, ma anche di sogni e di progetti, ci sentiamo più sereni ed incoraggiati anche noi, che viaggiamo sulle stesse strade: possiamo guardare al futuro con la speranza».

Qui è indicato il percorso da seguire, la costruzione di un orizzonte di speranza. Ai nostri anziani e malati esprimiamo la nostra cura, il rispetto e la gratitudine. I nostri giovani e adulti – anziani di domani – hanno davanti a sé una missione ed una scelta esistenziale e nessuno si può sostituire loro in questa responsabilità. Quindi ci poniamo questa domanda: come stiamo invecchiando? Ci stiamo prendendo cura *dell'anziano* che silenziosamente sta crescendo dentro di noi? Che tipo di persone anziane saremo in futuro e come stiamo gestendo il nostro mondo interiore? Alcuni vivono solo di ricordi, proclamano e pregano i "salmi delle lamentazioni della vita": qualcuno invece è ancora capace di sogni, progetti e gratitudine?

Che San Camillo, il nostro Padre Fondatore e ispiratore ci protegga, il saggio Simeone e i nonni di Gesù, Anna e Gioacchino ci ispirano su come affrontare i momenti di sofferenza della vita, con serenità evangelica per invecchiare con sapienza ed eleganza!

14 Luglio 2015
401 anni della morte di San Camillo



Superiore Generale
Superior General
Superiore Generale dei Camilliani

p. Leocir Pessini, MI