



Sandro Spinsanti è una persona straordinaria. Ho avuto la fortuna di conoscerlo più di trent'anni fa durante un seminario al Centro Berne e nonostante lui viva a Roma sono rimasto sempre in contatto con lui mantenendo un rapporto per me sempre nutriente.

È una persona gentile e tenera e allo stesso tempo inflessibile nelle sue battaglie per umanizzare le professioni sanitarie. È laureato in teologia e psicologia, è stato docente di etica medica presso l'università del Sacro cuore, direttore del dipartimento di scienze umane dell'Ospedale Fatebenefratelli, sempre di Roma, ha partecipato a varie commissioni ministeriali di bioetica, ha fondato e diretto riviste del settore, scritto numerosi libri e non ultima continua ad insegnare presso il Centro Berne, un regalo che continua a farci, certo in amicizia.

Questo libro è forse la summa del suo pensiero e leggerlo è stato una conferma della mia ammirazione per lui, per il suo lavoro e come persona (aspetti ovviamente indistinguibili in tutte le brave persone), e allo stesso tempo uno stimolo per continuare, idealmente al suo fianco, la realizzazione di una professione d'aiuto a orientamento umanistico e allo stesso tempo attenta, nel senso descritto in questo libro, agli aspetti spirituali.

Intendiamoci subito, per Spinsanti la spiritualità è concretissima, non stiamo parlando di asceti o di misticismo, tendenzialmente realizzati appartandosi dal mondo come invitavano a fare appunto i mitici "esercizi spirituali", si tratta invece di imparare a prendersi cura di noi stessi e degli altri mirando all'auto realizzazione: *"La spiritualità ci chiede di prendersi cura gli uni degli altri: nei rapporti di intimità come in quelli sociali ... corrisponde a una intensificazione dell'esistenza: per questo non dovrebbe mai essere distaccata dalla vita nella concretezza della sua quotidianità"*.

Il titolo invita a vivere la vita nel modo più "leggero" possibile, in punta di piedi dunque, come recita il titolo, minimizzando violenza, sfruttamento delle risorse, oggettivazione delle persone, voracità, ecc. sostituendo queste modalità con un concetto di Cura (nella sua accezione del prendersi cura) molto preciso e alternativo ai molti modelli correnti basati su protocolli e tecnicismi piuttosto sbrigativi. Il fatto è che poi il prendersi cura non riguarda solo medici, infermieri, psicoterapeuti, counselor, ma ciascuno di noi: il percorso infatti che Spinsanti ci invita a fare porta ciascuno ad assumersi la responsabilità di una vita attenta agli altri, di ascolto e condivisione della comune difficoltà e fragilità della condizione umana.

Questo non vuol solo dire aiutare a tornare in salute, come un viaggio a ritroso dove ritrovare una condizione pregressa, ma anzi sviluppare un passaggio in avanti verso una nuova o più chiara consapevolezza del valore della vita, più in generale.

Come sanno le persone che hanno attraversato grandi dolori o pericolose malattie il percorso di guarigione diventa spesso un progressivo innalzamento del senso e della direzione da dare alla propria esistenza. Non ci si accontenta più di sopravvivere, non si vuole più sprecare il tempo che ci è dato, si cerca invece di realizzare la gioia di essere al mondo che coincide proprio con una vita spirituale.

Spinsanti, prendendo a prestito alcune parole di Nietzsche, chiama questa condizione umana "La Grande Salute", non dunque tornare come prima, ma imparare a gestire a 360 gradi i tanti e "normali" patimenti (*pathos*) della vita, non solo dunque le malattie, ma anche i tanti e inevitabili cambiamenti nella vita come per esempio la menopausa, l'invecchiamento e alla fine la morte stessa. Stiamo parlando di prendersi cura della condizione umana, di cambiar vita, di realizzare i talenti con cui siamo nati e gli orientamenti naturali di tutti gli esseri umani, da sempre spinti ad amare, a evolvere e a trovare un significato, una volta maturata la propria unica e irripetibile identità, alla propria permanenza nella terra. Non sarà più dunque solo sopravvivere, riprodursi, conservare, proteggere. Il nuovo salto in avanti può essere una reale evoluzione di ciascuno verso quella spiritualità e a quella capacità di gioire della vita che comprende il sapersi prendere

collettivamente cura anche dei deterioramenti, dei limiti, delle inefficienze e delle confusioni che spesso ci affliggono. *Eros* e *pathos*, devono andare a braccetto nella nostra evoluzione verso la realizzazione di noi stessi, impareremo così a essere felici come a gestire i patimenti (e il dolore che ne consegue). Oltre la ricerca della felicità c'è la ricerca della gioia di essere in vita. Come infine risulta chiaro, leggendo questo libro, chi si prende cura degli altri in modo professionale dovrà però mantenere uno spirito che potremmo definire di servizio, nessuno potrà mai sostituirsi all'altro in questo percorso. "La Grande Salute" intesa come ricerca della pienezza dell'esistenza è sempre un'opportunità che può più o meno essere sfruttata: non servono né consigli né ideologie, né tecnicismi né carità cristiana, serve ascolto, serve personalizzare la cura e condividere le scelte, serve "cum-passione", serve vicinanza, serve dar valore ai propri interlocutori, serve co-creare le azioni evolutive, serve rispetto della diversità.

Il libro, scritto con il contributo di Dagmar Rinnenburger, medico pneumologa e allergologa, esperta di cronicità, è anche una miniera di citazioni e rimandi utilissimi a dare anche spessore letterario e coinvolgimento emozionale durante la lettura, stimoli che ciascuno potrà accogliere per approfondire i tanti temi toccati dal libro stesso.

Per darne un'idea riporto in sintesi l'indice.

Introduzione: Parlare di spiritualità, con non poca presunzione

Parte prima. Le strade che possono portare dove non vorremmo

1. La spiritualità come professione
2. Le sofferenze ingiustificate, in nome dell'etica
3. La spiritualità e le sue tecniche

Parte seconda. Intersezioni di percorso

4. L'incontro con la religione: dove sta di casa la spiritualità?
5. L'incontro con la psicologia: in cammino verso il Sé transpersonale
6. L'incontro con l'arte:
7. L'incontro con l'ecologia:
8. L'incontro con il nutrimento:
9. L'incontro con gli animali:

Parte terza. Spiritualità e medicina

10. Che cosa ci aspettiamo dalla cura?
11. Il buon uso dei luoghi di cura
12. Che cosa può la spiritualità
13. Le esperienze estreme: pre-morte e peri-morte
14. La spiritualità nell'ultimo tratto di strada

Conclusioni: Nascere, amare, morire: le cose serie della vita, il campo da gioco della spiritualità

In conclusione mi sembra veramente un libro utile per tutti ma che certo non dovrebbe mancare nelle librerie di tutti coloro che si occupano degli altri, un testo anche da consultare ogni tanto per non dimenticarsi mai come potrebbero essere gli esseri umani in generale e com'è una grande persona in particolare. Abbiamo tutti un gran bisogno di aspirare alla bellezza e al bene comune.