Onorare la vita, la scelta del cuore

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

«Creatura mia, ricordati di onorare sempre la vita», questo raccomandava ogni giorno la saggia nonna di una mia deliziosa paziente del Sud. Donna, oggi moglie e mamma di rara affettuosità ed equilibrio, che i seri problemi di salute, finalmente risolti, non hanno incrinata. Emotivamente è solida, luminosa, generosa.

Mi dà gioia quando mi racconta il risveglio del figlio, al mattino. Quando lo chiama piano, svegliandolo con un bacio in fronte: «Amore, è tempo di alzarsi per andare a scuola», la prima frase del piccolo, anni cinque, quando apre gli occhi e le sorride, è: «Mammina, sei la luce della mia vita. Ti voglie bene più di tutte le stelle del cielo!». Dopo il caffellatte, mentre la signora chiude la porta di casa, il piccolo corre in giardino e l'aspetta sul vialetto con un fiore in mano: «Per la mammina più dolce del mondo». E ogni domenica, quando vanno a pranzo dalla nonna, il piccolo chiede: «Un mazzolino di fiori per la nonna, per farla felice».

A scuola è un bambino amato dai compagni, perché li fa ridere. «E' un facilitatore del gruppo», dice la maestra con termine moderno che indica bene i molteplici risvolti positivi del comportamento di un bambino cresciuto con la certezza di essere amato, sereno e allegro, che accetta i no motivati, dice le sue ragioni ma non esplode in urla o grida per ottenere quello che vuole a tutti i costi.

Il padre, più riservato, ne è orgoglioso: «Questo bambino è una benedizione. Quando mi abbraccia con quel sorriso, mi toglie tutti i pesi dal cuore. E in questi anni ne abbiamo avuti tanti…».

L'intelligenza emotiva di un bambino, la sua capacità di sintonizzarsi sui sentimenti degli altri, di dire o fare piccoli gesti che li facciano sorridere, li commuovano e li rendano un po' più felici, ha certamente solide basi genetiche: quel "bel carattere" che notiamo anche nei bimbi molto piccoli. E tuttavia, quel bel carattere può sbocciare al meglio, e diventare una personalità positiva, solida ed energizzante, preziosa per sé e per gli altri, o finire tarpato, offuscato, se non demolito, dall'ambiente familiare, anzitutto, e poi scolastico e sociale. Osservando negli anni questa bella famiglia, solida e sana, nonostante obiettive traversìe e serie difficoltà, ho sentito la profonda verità di quell'insegnamento antico, di cui oggi stiamo smarrendo la memoria e il senso: "Onorare la vita". Un suggerimento, una raccomandazione profonda, che ha tante declinazioni.

Si onora la vita, anzitutto, non sprecando la propria. I primi bivi, che ci aiutano a valorizzarla invece di portarci alla perdita di sé, hanno una fortissima impronta familiare. Ed è già qui, purtroppo, dove si vedono oggi falle preoccupanti. Quanti genitori si interrogano su come stanno educando i propri figli? E su quanto il loro comportamento onori la vita, che si proietta nel tempo e nel mondo dentro la loro creatura, o la stia distruggendo? Quanti sono presenti in modo sostanziale nella vita dei figli, invece di parcheggiarli sempre più piccoli alla mercé delle sirene del telefonino? La capacità di amare, la dedizione nel farlo, anche con sacrifici e rinunce, assaporando la responsabilità, oltre alla gioia, di educare bene un figlio, è un aspetto sostanziale dell'onorare la vita, scegliendo tra essere genitori, o avere un figlio.

Onorare la vita continua nell'educare i figli a non bruciarsi il cervello e il futuro con alcol, droghe,

o altri veleni. E nel mostrare con l'esempio che questo "onorare" richiede impegno, adeguato all'età, nell'esprimere al meglio i propri talenti: nello studio, nello sport e poi nel lavoro. Richiede senso di responsabilità, verso sé e verso gli altri, e capacità di dirsi di no, controllando l'impulsività, per imparare a canalizzare meglio le energie. Non in senso repressivo, come sempre sottolineo, ma espressivo e costruttivo.

Onorare la vita stimola a coltivare molti aspetti positivi della personalità, che si affinano con un'educazione affettuosa, prima, e un allenamento scelto, da adulti, poi. Stimola a saper apprezzare il dio delle piccole cose, ogni giorno, e a trovare nei piccoli gesti buoni quotidiani, anche il sorriso di un bimbo amato, la forza per affrontare malattie molto dure. Onorare la vita ci insegna a saperne riconoscere la fragilità, la bellezza effimera, l'impredicibilità. A non dare nulla per scontato, perché tutto può essere perduto in un giorno.

Da medico, mi hanno fatto molto riflettere la forza e il coraggio di questa giovane donna. E il modo in cui mi ha parlato della nonna, e di quell'onorare la vita, mi ha toccata profondamente. Ne ho sentito la verità, e la potenza terapeutica. Quella nonna, con quella saggezza antica, ha dato alla nipotina il talismano per sopravvivere e tornare a vivere con una consapevolezza e un'intensità mai avute prima. Per tutti noi, una domanda dritta al cuore: «Io onoro la vita?».