

---

# Introduzione

*Parlare di spiritualità,  
con non poca presunzione*

Sulla terra. È il primo punto fermo del nostro lungo percorso sotto il segno della spiritualità. L'obiezione è ovvia: ma la spiritualità non dovrebbe indirizzare lo sguardo all'orizzonte celeste, al di là della terra? Tradizionalmente la spiritualità è correlata al polo opposto sia della materialità, sia dell'interesse terreno. Anche la spiritualità non è più quella di una volta? È ben vero che il destino della terra – e quindi di tutti coloro che la abitano – è entrato prepotentemente al centro delle preoccupazioni dei più responsabili. Si tratta di un'emergenza: nel senso di una situazione che ci chiama ad agire subito; è anche un'emergenza secondo il significato etimologico della parola: ciò che era sommerso emerge, lo sfondo diventa figura, in un cambio di *Gestalt*. Emergenza, dunque, in senso temporale, ma anche spaziale: vediamo il profilo della vita come mai ci era apparso in passato. Se vogliamo che la nostra avventura sulla terra continui, dobbiamo prendere immediatamente delle decisioni che riguardano il nostro stesso modo di vivere. È questo il volto concretissimo della spiritualità.

Mettersi sulla punta dei piedi: è la seconda immagine per dare corpo alla spiritualità che andremo a esplorare. Licenziato il mito della terra da calcare da padroni, adottiamo un atteggiamento non solo rispettoso, ma il più leggero possibile. Stando sulla terra in punta di piedi, cerchiamo di minimizzare la nostra impronta ecologica: quella che implica consumo e violenza. La spiritualità ci appare ancora, come ci ha trasmesso la tradizione, un modo di elevarsi: solo innalzandoci verso l'alto abbiamo qualche chance di sopravvivere. Perché potremo sopravvivere solo se sapremo sopra-vivere.

È questo il cammino della cura. Prenderci cura di noi stessi, mirando all'autorealizzazione. Gli esseri umani non sono pienamente

tali fin dalla nascita, destinati, come gli animali, a essere guidati da forze istintuali. Abbiamo la potenzialità di diventare pienamente umani, una potenzialità che possiamo attuare o lasciare incompiuta. Non siamo esseri umani per natura: siamo solo programmati per diventarlo. Con sforzo. Quello di alzarsi sulla punta dei piedi ci richiama visivamente ciò che qui chiamiamo spiritualità.

La spiritualità ci chiede di prenderci cura gli uni degli altri: nei rapporti di intimità come in quelli sociali. Prenderci cura della vita, in tutte le sue forme, comprese quelle animali e vegetali. Prenderci cura dei viventi quando diventano fragili e declinano verso la fine del loro ciclo vitale. Ricorrendo alle professioni di cura e alla *pietas* che dà forma a un'umanità pienamente realizzata. È questo il profilo a tutto tondo della spiritualità che siamo chiamati a vivere.

La spiritualità ci appare così non come un capitolo separato dalla vita, privilegiato e aristocratico, quanto piuttosto come sinonimo della vita stessa. Equivale all'avventurosa vicenda di diventare uomini. Corrisponde a un'intensificazione dell'esistenza: per questo non dovrebbe mai essere distaccata dalla vita nella concretezza della sua quotidianità.

Avvicinarsi alla spiritualità è delicato: i fraintendimenti possono portarci dove non vorremmo. Per questo la prima parte di questa esplorazione sarà destinata ai chiarimenti. Sia negativamente, dissociando la spiritualità chiamata a intervenire nei percorsi di cura da moralismi indebiti, sia positivamente, familiarizzandoci con le tecniche che vengono utilizzate.

In un secondo momento allargheremo lo sguardo agli orizzonti più diversi che interferiscono con la spiritualità: la religione e la psicologia, l'arte e l'ecologia, il nutrimento e il rapporto con gli animali. La spiritualità acquisterà così tratti molto concreti, intrecciata com'è con la vita di tutti i giorni. Anche nel suo profilo laico, sotto il segno di una secolarità svincolata dalla religione, poiché i percorsi spirituali vestiti di laicità hanno pieno diritto di cittadinanza. La spiritualità non è riducibile a qualche pratica devozionale o a esercizi tecnici più o meno esotici, in dissonanza con la tensione spirituale che dà forma alla vita stessa. E "tutto è connesso" è il principale insegnamento che ricaviamo dalla riflessione sulla spiritualità.

Infine, il nostro sguardo si focalizzerà sui percorsi di cura. La riflessione ci porterà a scoprire quanti volti diversi può assumere la guar-

gione, quali correttivi è in grado di portare la spiritualità ai rapporti disumanizzanti in medicina e soprattutto come può dar forma al “buon morire”, quando la fine della vita incombe. Anche in questa prospettiva incontriamo la spiritualità non come qualcosa di residuale, da invocare quando il percorso di cura è costretto a confrontarsi con l’esaurirsi delle risorse terapeutiche: la spiritualità innerva tutto il percorso della cura. Spiritualità può essere, a buon diritto, un altro nome per la cura, quando questa non si lascia ridurre a una semplice riparazione.

Nel libro sono confluite idee di pensatori, scrittori, registi, dai quali ho attinto spunti di riflessione. È presente anche il contributo, in maniera anonima, delle tante persone, soprattutto professionisti della sanità, che ho incontrato e con le quali ho condiviso l’ideale della cura sotto diverse etichette: bioetica, cure palliative, medicina narrativa, slow medicine e, la più inclusiva di tutte, *medical humanities*. Mi auguro che riconosceranno il frutto di un arricchimento reciproco. Ma soprattutto è presente Dagmar Rinnenburger: pneumologa, esperta di cronicità. Anche di quella “buona cronicità” che ha preso forma nel matrimonio che ci unisce nella vita. Il libro è stato con lei immaginato e discusso; al suo contributo specifico sono dovuti i capitoli dedicati alle tecniche di meditazione, alle esperienze estreme di perimorte e alle conseguenze della pandemia di covid-19 sull’organizzazione delle cure e sulla vita sociale.