

LO SGUARDO DELL'ANZIANO VERSO LA FRAGILITÀ

Quando ci capita di pensare alla fragilità e al suo significato, la prima immagine che si sviluppa nella nostra mente è quella di “qualcosa di brutto, di negativo, di debole”. Questa visione trova dimostrazione in qualunque dizionario. Se andiamo a cercare, infatti, la definizione di fragilità ecco cosa troviamo: “*fragile*: che si può rompere facilmente, debole, delicato, inconsistente, labile.”

Un elemento fragile diventa, perciò, un'entità che si rompe facilmente, in quanto poco robusto, poco resistente, debole, facile a cadere in fallo, facile alle tentazioni, passeggero, inconsistente.

Lo sanno bene gli anziani che hanno raggiunto età importanti. Gli anni trascorsi hanno lasciato nel cuore la loro impronta e il peso di tutto ciò che è stato vissuto, con gioie e dispiaceri. Adesso, giorno dopo giorno, stanno affrontando la sfida della vecchiaia, fatta di rinunce, di declino, di cambiamenti, di perdite. Con i loro occhi rivolti al passato e con i volti solcati da rughe, ci raccontano così gli aspetti più bui della fragilità.

G.: *“Quando siamo giovani siamo più svelti. Mi alzavo alle 5 per lavorare. Con la guerra avevamo paura, ma avevamo sempre tanta forza, non eravamo fragili. Ora la forza non c'è più, adesso sì che siamo fragili”.*

F.: *“Una cosa fragile può essere una persona quando perde un genitore. Si sente tanto triste, come quando io ho perso mio padre”.*

F.: *“La fragilità è quando una persona si perde. Da piccola sono andata in collegio perché in casa non c'era posto. In collegio sono stata bene, ero felice. Quando sono uscita dal collegio, invece, ero triste, piangevo. Questa è fragilità”.*

G.: *“La fragilità è l'opposto della forza. Una persona fragile è una persona debole, però a livello mentale”.*

L.: *“Il fisico è soggetto alla fragilità perché decade piano piano. Ogni età ha le sue fragilità, i suoi problemi”.*

O.: *“Quando siamo fragili si va poco avanti...perché il capo non funziona bene. La fragilità non è legata solo ad un'unica persona: se una persona è fragile soffre anche chi le sta vicino”.*

C.: *“La fragilità è quando ci sono cambiamenti importanti, come il non poter più camminare... mi devono aiutare a fare tutto, anche quando mi devo vestire! Alla fine della vita si prende ciò che ci tocca perché siamo fragili. Una persona fragile della mia età trova difficoltà in tutte le cose”.*

A.: *“... Quando una persona non si regge più in piedi perché c'è dolore dentro di sé e nel suo corpo. Questa persona così fragile comincia a piangere e ha bisogno di un altro uomo che la consoli.*

M.P.: *“Una persona fragile è una persona debole, stanca. Il suo volto è bello, ma stanco. Ha bisogno di affetto e d'amore. Qualche volta mi sono sentita fragile, senza voglia di far nulla e molto stanca”.*

S.: *“Intendo la fragilità dal punto di vista caratteriale e psicologico. Io, per esempio, mi preoccupo molto, sono molto ansioso. Se c'è da fare una cosa nuova mi preoccupa. Una persona fragile, in questo senso, ha bisogno dell'ultima parola dell'altro. La sua caratteristica principale è l'indecisione. Una persona fragile è anche bloccata, non crede nelle proprie capacità”.*

S.: *“La mia vita è stata difficile perché da piccola rimasi senza genitori...ho dovuto fare tanti sacrifici: andavo a prendere il pane dai contadini in diversi paesi, per esempio a Faella, mi alzavo alle 4.30 per lavorare, facevo le faccende di casa.. La fragilità è la sofferenza che ho patito in questi momenti. Ma c'è stato un momento in cui ho sofferto tanto tanto: quando mi morì mio figlio. Lì ho vissuto tanta fragilità che mi ha portato a stare nel cimitero per 30 anni. Tanta tristezza, tante lacrime versate. In questi momenti fragili ho avuto bisogno solo di una cosa, della vicinanza di mio marito”.*

In realtà se proviamo a cambiare prospettiva ecco che ci appare un lato diverso, poco considerato, della fragilità. La parola fragile si libera della sua negatività: chi è fragile può diventare delicato, sensibile, più attento agli altri, più prezioso. Questa delicatezza può liberare forza ed energia per affrontare la vita con maggiore grinta e con meno superficialità. S. fa una pausa nel suo raccontare, il suo volto cambia espressione, la voce diventa saggia, il buio si fa luce. Per S., ma anche per gli altri, la fragilità diventa forza.

S.: *“Nella mia fragilità ho trovato un lato positivo perché in quel momento tanto delicato della mia vita ho toccato con mano l'amore di mio marito. Lui ha rinunciato a tanto per stare con me. Ci siamo stretti vicini e insieme abbiamo scoperto l'energia*

per ricominciare a vivere. La fragilità ha aperto le porte all'amore... è stato un amore fortissimo".

F-: "La fragilità la spiego così: noi siamo come una macchina con il motore, se non funziona diventa fragile, non funziona bene. Guarda me... con tutti gli interventi che ho subito. Ho rischiato di perdere una gamba e lì mi sentivo fragilissimo, poi sono riusciti a risolvere il problema e ho recuperato la forza. Per un periodo sono stato triste, fragile, perché non mi trovavo bene nella situazione attuale. Poi ho trovato un'amica che adesso si impegna a portarmi fuori, ai convegni. Ora la mia fragilità ha lasciato spazio alla forza...di nuovo!"

R.: "Se penso alla fragilità penso ai bambini e ai malati. Un oggetto fragile può essere un cristallo: se va in terra si rompe. Dalla fragilità, però, si può imparare a migliorarsi perché si arriva a capire l'altro. Siamo tanto fragili quando si invecchia e quando si perdono le persone care".

A: "Una categoria estremamente fragile è quella dei malati psichiatrici. In alcuni momenti di fragilità non ti aiutano né le medicine, né le persone. Le emozioni collegate sono: la disperazione, l'angoscia che ti attanaglia. Ti rendi conto che ci sono persone che ti vogliono aiutare, ma te non vedi la luce in fondo al tunnel...la famosa luce alla fine del tunnel non c'è. Però la fragilità ti aiuta ad essere più sensibile e tollerante con le persone e con le loro sofferenze. Per ammettere la propria fragilità serve un grande lavoro perché non è facile. Bisogna fare un lavoro di presa di coscienza".

O.: "La fragilità può essere anche in un momento positivo come quello dell'adolescenza, quando abbiamo tanti dubbi, che poi ci fanno crescere. Da un fatto brutto che ci dà fragilità può nascere qualcosa di bello. Si impara a vivere la vita con pazienza".

T.: "C'è fragilità quando una persona non ce la fa a fare tutto da sola e ha bisogno degli altri per farsi aiutare. Può stare bene di salute, ma essere fragile. Io, ad esempio, ho perso il marito quando ero giovane e quando avevo mio figlio piccolo. Dovevo trovare un lavoro, ero sola. Mi sono sentita fragile. Poi ho trovato la forza e ho affrontato tutto. Sono diventata più forte di prima".

M.: "La fragilità può farti scoprire cose belle: ti fa scoprire la speranza"