

OMAGGIO ALLA GRANDE ETA'

di
Rosalba Gerli¹



Adios Nonino è il brano che il musicista Argentino Astor Piazzolla scrisse per salutare il padre scomparso improvvisamente mentre lui si trovava in tournée in America Latina e che familiarmente chiamava "Nonino". Vi invito a cercare il brano su YouTube e ad ascoltarlo ricordando tutti gli anziani che ci hanno lasciati silenziosamente, in solitudine, senza l'abbraccio confortante e i messaggi di affetto sussurrati dai propri cari a causa della pandemia.

Voglio scusarmi con tutti loro perché non siamo stati capaci di proteggerli ma anche perché qualcuno, forse, tra le righe, ha insinuato il messaggio che potevano essere sacrificati. Questo ci provoca un dolore ancora più profondo precipitandoci nel baratro di un vuoto di umanità che ci lascia soli ad affrontare una mancanza percepita come incolmabile.



Bisogna prendersi cura delle radici se vogliamo che l'albero viva crescendo robusto e sano.

¹ dr.ssa Rosalba Gerli, psicologa, psicoterapeuta individuale e di gruppo

I vecchi sono le radici della società e del nostro vivere insieme, della nostra imperfetta democrazia, per questo dobbiamo prendercene cura con amore, rispetto e dedizione, come fanno i figli che amano i loro padri e le loro madri, i nipoti che amano i loro nonni. A loro dobbiamo tanto, io certamente devo molto.

Una delle più belle esperienze nel mio percorso professionale è stata quella vissuta con il mio primo gruppo di psicoterapia con persone anziane. Un'esperienza incredibilmente ricca ed emozionante che dura ancora oggi, perché molti di loro hanno finito il percorso mentre altri nuovi sono arrivati. Ascoltarli mi ha guidato in un magnifico viaggio attraverso la storia del 900 e lungo i viali delle differenti fasi della vita dove il gruppo mi ha condotto con saggezza ed affetto.

È a tutti loro che oggi dedico questa quarta pagina di pillole di sostegno psicologico con affetto e riconoscenza.

Ricordo la prima seduta del gruppo, quando tutti si presentarono raccontando qualcosa di sé. Le storie personali si intrecciavano con pezzi di storia del Novecento e io, molto emozionata, mi sentivo come l'omonimo personaggio del romanzo di Baricco, Novecento, che poteva conoscere un mondo che non aveva mai visto e la sua storia attraverso i racconti dei passeggeri, sulla nave, cullato dalle onde dell'oceano.

Le esperienze di guerra quando loro erano bambini, i racconti della resistenza partigiana, la macabra scena dell'impiccagione dei gerarchi fascisti in piazzale Loreto a cui avevano assistito, perché allora la vita era così aspra che nessuno degli adulti aveva pensato a proteggere i bambini da una simile visione. Poi la costituzione che da schiavi ci ha resi cittadini, quindi il voto alle donne e i cambiamenti della condizione femminile.

Da loro ho scoperto come si viveva nei cortili della vecchia Milano e nei quartieri delle periferie, nelle case di ringhiera e nei palazzi di edilizia popolare, dove a differenza di oggi vi era una grande solidarietà.

Nella Stalingrado milanese (Sesto San Giovanni) la vita era scandita dalle sirene delle grandi fabbriche metalmeccaniche Breda e Marelli, che segnalavano l'entrata e l'uscita di migliaia di tute blu che in bicicletta si riversavano nelle strade e nei quartieri di edilizia popolare perché, raccontano, a quei tempi si lavorava e si viveva insieme. Anche allora c'era la difficoltà di integrare i cittadini del sud e quelli del nord. Tuttavia, si litigava, si diceva "terun" ma poi si andava insieme a far pace all'osteria.

Ho imparato quali erano i loro giochi da bambini con le cerbottane e i fucili di legno mentre le bambine usavano ricamare e giocare con bambole di pezza. Ho conosciuto i modi di divertirsi dei giovani di allora: i locali jazz, quelli whisky a gogò, le balere, le feste sui prati con il mangiadischi. E la musica: il jazz di Arigliano, i vinili di Paul Anka, le canzoni della mala interpretate dalla Vanoni, la tromba di Nino Rosso, Fred Buscaglione...e i balli: boughi boughi, rock and roll, cha cha cha ..., ma anche il liscio con il tango, il walzer... e tante altre cose.

Con loro abbiamo affrontato le difficoltà che accompagnano la senilità ma abbiamo anche individuato i punti di resilienza e le potenzialità che sono presenti anche in questa fase della vita.

Insieme abbiamo visto che ci sono tanti modi diversi di invecchiare in base alle condizioni di salute, alle risorse sociali, affettive ed economiche, ma anche al modo di porsi nei confronti della vita e della morte.

La socializzazione è un aspetto fondamentale per il benessere dell'anziano ma in questo momento appare sacrificata, limitata dai decreti sicurezza coronavirus.

Io auguro che presto si possa rivedere gli anziani che passeggiano nel parco per mano ai nipotini o con i loro cani, oppure seduti a riposare e a chiacchierare sulle panchine, o ancora a giocare a carte e a bocce nei centri sociali. Spero che presto possano riprendere le loro attività di volontariato perché il loro contributo è importante. Desidero poter tornare presto ad ascoltare i loro racconti perché mi mancano.

Più volte mi è capitato di osservare coppie di anziani che ballano nelle feste sull'aia delle saghe paesane, o alle feste dell'unità, notando la grazia, la leggerezza e l'eleganza che assumono i loro vecchi corpi: trascinati nel ritmo di un valzer, di un tango o di una mazurka raggiungono una dimensione di armonia e bellezza commovente.

Spesso nel percorso col gruppo di psicoterapia con persone anziane io mi ritrovavo a fantasticare gruppi di anziani che ballavano e mi piaceva immaginare che ballassero il tango, che così è divenuto nella mia mente, la colonna sonora del film in bianco e nero che abbiamo rappresentato insieme.

Adios Nonino, Libertango, Milonga de Angel di Astor Piazzolla e i testi di Euladia Blaquez:



“...la solitudine è la paura

che si tesse tacendo
il silenzio è la paura
che ammazziamo parlando,
ed è paura il coraggio
di mettersi a pensare,
all’ultimo viaggio...
senza gemere, né tremare! ...

El miedo de vivir (la paura di vivere) di Euladia Blaquez (1969)²

² Blaquez, E. (1969), El Miedo de Vivir, in *T come Tango, un invito a muoversi al di là degli stereotipi*, Meri Lao (1996), Melusina, Roma, 1997.



Il tango, affermava Enrique Santo Discepolo, è un pensiero triste che si balla.

Nella vecchiaia, come nel tango, animato da risentimento e tristezza (H. Salas, 1986³), è importante, poter integrare pulsioni vitali e pulsioni aggressive, per approdare ad un armonico impasto che consenta verso la fine della vita di superare il risentimento per quello che si lascia e predisporre ad accettare la propria finitezza umana e lo scorrere del tempo, senza perdere la capacità di immaginare e di vivere.

Il “gruppo tango” appariva alla ricerca di un giusto ritmo che collegasse il tempo interno di ognuno e consentisse di sentirsi vivi e in contatto con sé stessi per poter coltivare quel senso della vita e del piacere di vivere che può esserci fino all’ultimo istante e che il gruppo sembrava in alcuni momenti esprimere, in altri ricercare, ma che era bene presente e vivo nel sentimento gruppal.

Il mio augurio e desiderio è di poter rivedere presto gli anziani ballare e di poter ballare un tango o un walzer con loro.

Milano 28, aprile 2020 rosalba.gerli@cisl.it cell. 338.2295699

³ Salas, H. (1986), *Il tango*, Garzanti, Milano, 1992.



