

# OGNI VITA È UN MIRACOLO

## DONO SACRO NELLA SPIRITUALITÀ DELLA CURA

di Paola Argentino \*

**A**d Albert Einstein viene attribuito il motto: «*Ci sono due modi di vivere la vita: uno è pensare che niente è un miracolo, l'altro è pensare che ogni cosa è un miracolo*». La spiritualità del prendersi cura è talmente rispettosa della sacralità di cui l'altro è portatore, da vivere ogni vita come un miracolo. Dal concepimento all'ultimo respiro la vita è sacra e porta in sé la necessità relazionale di essere accuditi, curati, amati. La "forma" della vita - dirà Heidegger - è nella cura esistenziale, quella cura autentica che è basilare per l'evoluzione dell'umanità. Il prendersi cura è, dunque, la radice primaria dell'essere umano e per questo appartiene all'ordine del sacro, come afferma l'antropologo Claude Lévi-Strauss, che reputa sacro tutto ciò che garantisce l'ordine del mondo, non solo in senso fisico, ma anche e soprattutto in termini valoriali e di produzione culturale, l'insieme dei valori, delle pratiche e delle convinzioni che l'essere umano utilizza per conferire senso e valore all'esperienza spirituale. La medicina palliativa, ultima frontiera della cura dei malati inguaribili, ha lo scopo di migliorare la qualità della vita e di rispettare la dignità dell'essere umano fino alla fine, aprendo un orizzonte luminoso di spiritualità. La sua etimologia rimanda a *pallium*, il mantello divenuto simbolo della spiritualità del prendersi cura cristianamente,

**SANTA ILDEGARDA DI BINGEN** nasce nell'Alsazia romana nel 1098 da una nobile famiglia tedesca, al tempo che segue il grande scisma d'oriente, tempo di San Bernardo da Chiaravalle, dell'Ordine dei Cistercensi. Dotata di doni mistici fin dall'età di 3 anni, Ildegarda nasconde le sue visioni perché, raccontandole, lascia increduli quelli che ascoltano. Essendo la decima figlia ed essendo così particolare, i genitori la affidano ad una parente, badessa del monastero di Disibodenberg. Verrà educata alla vita benedettina, studierà la Regola, imparerà la recita dei Salmi, leggerà la Sacra Scrittura, si applicherà in matematica, latino, musica ed erboristeria, fino al compimento dei 14 anni, quando sceglierà definitivamente la vita consacrata claustrale. Alla morte della badessa, sua parente, verrà eletta superiora e reggerà la comunità delle monache, nonostante la salute poco stabile. Nel 1141 a 43 anni, riceverà da Dio il compito di trascrivere le sue visioni mistiche in diversi volumi nei quali racconterà le visioni sulla Storia della Salvezza, il matrimonio mistico tra Dio e l'uomo, realizzato in Gesù nello sposalizio sulla Croce con la Chiesa. Sia San Bernardo che il Papa Eugenio III incoraggeranno la redazione di questi libri, nonostante Ildegarda sia titubante nel redigerli. Fondato un monastero a Rupertsberg, sulla tomba di San Ruperto, si trasferirà con una ventina di monache e, dopo il 1155, scriverà le sue opere naturalistiche e altri due saggi teologici. Nella sua vita Ildegarda è stata consigliera di molti papi, di imperatori e personaggi di spicco del suo tempo e, all'età di 60 anni inizierà a predicare anche sulle piazze. All'età di 80 anni, dopo aver preannunciato la data del suo decesso, rese l'anima a Dio nel Monastero di Rupertsberg da lei fondato. Sarà beatificata da papa Benedetto XVI nel 2012.



perché metaforicamente vuole essere una cura che riscalda, abbraccia, avvolge, come un mantello, che dona, oltre la prossimità compassionevole, quella speranza, ultima rimasta nel vaso di Pandora, che deve appartenere ad ogni essere umano, per poter affrontare, finché è possibile, la malattia. E questo prendersi cura dà valore e significatività ad ogni vita, ed è al tempo relazionale, come, con disarmante semplicità, scrive Antoine de Saint-Exupéry nel *Piccolo Principe*: «È il tempo che tu hai perduto per la tua rosa, che ha fatto la tua rosa così importante». Il prendersi cura è l'espressione intrinseca del miracolo d'amore che custodisce, come dentro un bocciolo, la forza della vita, che farà aprire i petali della corolla della rosa del piccolo principe. L'Inno alla forza della vita di Santa Ildegarda di Bingen, dottoressa della Chiesa, badessa benedettina, scienziata dalla cultura eclettica: mistica, teologa, musicista, poetessa, esperta di medicina, di fitoterapia e di cura tramite la nutrizione... e molto altro, rappresenta un canto profetico di bellezza travolgente che, in modo interconnesso tra corpo e cosmo, integra in un tutt'uno, il prendersi cura della corporeità, della mente e dell'anima. Ildegarda attraverso l'osservazione amorevole e stupita dei segreti della natura, ha svelato il mistero della vita che palpita insieme ed intorno all'umanità tutta, nel creato, tutt'uno con il creatore, che nell'uomo continua la creazione, evidenziando che tutte le teorie scientifiche e filosofiche non sono che grandi cornici di un'unica opera d'arte preziosa: la vita! Quindi per la medicina Ildegardiana ogni vita è un miracolo, come afferma la Santa: «Tutta l'armonia celeste è uno specchio di Dio e l'uomo è uno specchio di tutti i miracoli di Dio». Nel *lieder inno alla forza della vita*, Ildegarda ci presenta la *viriditas* come una splendida figura femminile, perché per lei la donna è lo scrigno della vita e la personificazione dell'amore. Oltre a essere energia vitale, la *viriditas*



*ditas* rappresenta anche essere in relazione, essere connessi (direbbero i giovani nativi digitali). Per Ildegarda, Dio e l'universo, l'uomo e il cosmo sono una cosa sola, tutte le creature sono piene della stessa vitalità e intimamente connesse. Quando la *viriditas* non fluisce più con la spontaneità creativa dell'essere, purtroppo la malattia si manifesta, ma è possibile la guarigione che, per Ildegarda, si può raggiungere mediante il recupero di questa energia spirituale. Per attivare questo processo, l'uomo non solo deve cercare nella natura gli elementi di cui è carente, ma deve anche coltivare, sul piano psicologico e spirituale, l'amore nel suo cuore, questa energia, *viriditas*, che unisce e che riunisce. L'Inno alla potenza umana originaria di cui Ildegarda dà testimonianza, in tutte le sue opere, pagina dopo pagina, miniatura dopo miniatura, canto dopo canto, è un rimando allo spirito vivificante descritto: «Con un soffio di vento, invisibile vita che dona pienezza, tutto trasformo in vita», dunque un ap-

pello a vivere la vita in feconda totale pienezza, nella sua ottica di armonia universale corpo-cosmo, alla ricerca di un equilibrio sinfonico spirituale che dona il senso ad ogni prendersi cura. È possibile ascoltare l'Inno alla forza della vita di Santa Ildegarda letto da Claudia Koll in questo link:



In definitiva la medicina Ildegardiana e le cure palliative concretizzano il concetto astratto di spiritualità del prendersi cura, in uno sguardo estasiato e benedicente di ogni vita.

\* Medico, Psichiatra- Psicoterapeuta, Autrice del saggio: «La spiritualità è cura: la forza dell'amore nel dolore» Mondadori Università, Milano 2023.