

## **Riflessioni sulla mia vecchiaia. Pensieri che cambiano nel tempo**

*Paola Benetti*

Pedagogista ed educatrice professionale

Le riflessioni del professor Vigorelli in merito alla vecchiaia mi hanno particolarmente colpito, innanzitutto per la loro profondità, quasi un testamento spirituale, poi perché hanno suscitato in me ulteriori riflessioni sul modo di vedere la mia futura vecchiaia: mi succede abbastanza spesso di pensarci, in particolare negli ultimi anni, probabilmente perché li sento correre più veloci rispetto al passato. Ritengo sempre "itineranti" i miei pensieri al riguardo, perché negli anni che passano cambiano le situazioni di vita ed inevitabilmente le riflessioni.

### ***In passato***

Da ragazzina mi immaginavo adulta, con una famiglia e dei figli a cui avrei voluto dedicarmi, ma non pensavo alla vecchiaia. Un evento di salute piuttosto serio durante l'adolescenza ha contribuito a farmi riflettere sul fatto che la mia vita avrebbe anche potuto fermarsi presto: a distanza di qualche anno, una volta risolto, ho sempre guardato a quel periodo come fonte di grandi insegnamenti che mi hanno resa più forte da un lato e mi hanno permesso dall'altro di maturare un pensiero più profondo sulla vita e sul come avrei voluto viverla.

All'università ho scelto una facoltà che mi offrisse l'occasione di lavorare in vari ambiti del sociale, perché sentivo che in quel contesto avrei valorizzato ed espresso le mie inclinazioni, ma non pensavo inizialmente di dedicarmi agli anziani; la vita, però, porta a situazioni e scelte che fanno deviare dai progetti iniziali e così a 22 anni mi sono trovata ad essere prima tirocinante e poi educatrice in RSA.

Da quel momento mi si è aperto un orizzonte nuovo e quegli anni li considero ancor oggi formativi soprattutto dal punto di vista umano: nel tempo ho conosciuto anziani che vivevano la loro vecchiaia con rassegnazione e altri che volevano esserne protagonisti; molti li ho considerati dei maestri che mi hanno trasmesso insegnamenti per il mio presente e mi hanno dato lo spunto per riflettere sul mio diventare anziana. Le conversazioni quotidiane con i tantissimi residenti in Struttura in più di vent'anni di lavoro hanno arricchito il mio bagaglio personale, oltre che professionale. Spesso ho ripensato a quei colloqui nel momento in cui dovevo fare una scelta di vita o guardare ad una situazione contingente; cercando il modo migliore per affrontarla mi sono sentita aiutata dalla lungimiranza che avevo colto nei loro discorsi, frutto di esperienze dalle quali potevo imparare.

Diventata mamma, dopo gli anni impegnativi della gestione di due figlie piccole, ho iniziato ad interrogarmi sempre più spesso sul mio futuro e anche la scelta condivisa in famiglia di costruire una nuova casa ha ricevuto l'influenza di queste riflessioni, molto pragmatiche per certi aspetti, dato che abbiamo scelto di realizzarla su un unico piano per evitare barriere architettoniche che potrebbe causare problemi con l'avanzare dell'età.

### ***Oggi***

Oggi il mio pensiero sulla vecchiaia si è fatto via via più consapevole: la formazione capacitante ha dato un contributo fondamentale in questo, poiché ho sperimentato in prima persona l'importanza del *qui e ora* come momento da cogliere in pienezza, per renderlo il migliore possibile, per me stessa e per coloro con cui condivido le giornate e mi ha aiutato nelle riflessioni sul domani, oltre a darmi l'opportunità e la capacità di parlarne con chi mi vive accanto in modo più sereno rispetto al passato.

Mi capita, in qualche conversazione a tavola in famiglia, di condividere ciò che mi piacerebbe continuare a fare da vecchia, di chiedere alle mie figlie, ormai adolescenti, se conoscono davvero le mie passioni, quelle che vorrei continuare a coltivare anche tra 20 o 30 anni. Racconto aneddoti che mi hanno offerto insegnamenti di vita per il presente e per il futuro, così che possano ricordarli quando sarà necessario, magari per continuare a restare in dialogo con una mamma anziana e con poca memoria!

Se anch'io un giorno dovessi andare a vivere in una struttura vorrei, oltre che poter mantenere la capacità e la possibilità di dedicarmi alla lettura che tanto amo, che mi fossero offerte attività significative (per me!) e che tenessero conto di chi sono e di chi sono stata. Per questo ritengo importante parlare con le persone care del mio futuro, per condividere quello che mi sta a cuore. Ho il timore che i cambiamenti che avverranno diventino fonte di preoccupazione e vorrei anche fare in modo che nel caso io non fossi più in grado di esprimerlo, possano conoscere ciò che mi rende felice.

### ***Uno sguardo al domani***

Posso dire che attualmente vivo la prospettiva dell'invecchiare come un naturale cambiamento di vita, per cui sono convinta di dovermi preparare adesso per vivere una vecchiaia il più possibile coerente con ciò che sto realizzando: non posso prevedere come sarò ma posso agire adesso per rendere quella futura un'età di valore.

Immaginandomi anziana, credo che mi starà a cuore soprattutto ciò che avrò lasciato come impronta dietro di me e questo mi dà la motivazione per vivere al meglio l'oggi, per essere una persona che in qualche modo contribuisce a rendere migliore il contesto in cui vive e che lascerà un piccolo segno in chi l'ha conosciuta.