

MESSAGGIO DELLA CONSULTA REGIONALE PASTORALE SALUTE, PRESIDUTA DAL VESCOVO DELEGATO CEP MONS. MARCO BRUNETTI, IN OCCASIONE DELLA GIORNATA MONDIALE DELLA SALUTE MENTALE (10 ottobre 2019)

Precarietà, insicurezza, fragilità: la nostra vita attraversa spesso momenti di smarrimento. Con sempre maggiore difficoltà individuiamo solidi punti di riferimento, presenze costanti, guide attraverso le vicissitudini della vita che sappiano essere conforto nelle sconfitte e compagni di strada nei successi.

Difficilmente il tempo a nostra disposizione – o che ci concediamo – permette di dedicarci agli affetti più cari come vorremmo e come meriterebbero; spesso la mancanza di tempo può essere un alibi dietro il quale nascondiamo il nostro egoismo e la nostra tendenza ad escludere.

Con difficoltà riusciamo ad intessere relazioni durature, costanti, feconde, con i membri della nostra Comunità. Dovremmo credere di più nelle possibilità di incontro dove la reciproca conoscenza diventa arricchimento e sostegno.

Questa perdurante disgregazione, caratterizzata in particolare da una ormai cronica mancanza di tempo, rende piccoli, vulnerabili, soli. Aumenta l'ansia, la paura spesso immotivata rende inquieti, un pesante senso di fragilità spinge a costruire mura che dalla mente si proiettano verso l'esterno e modellano le relazioni al ribasso. Gli occhi ed il cuore tendono ad una progressiva chiusura, escludono il Prossimo, soprattutto colui che arriva da più lontano. La progressiva "desertificazione" della dimensione spirituale contribuisce a diminuire l'orizzonte esistenziale alla semplice sopravvivenza, la più dignitosa possibile in base ai parametri sociali e culturali di riferimento.

A volte si devono curare i sintomi di un disagio con dei farmaci, sempre nel rispetto delle acquisizioni scientifiche, per aiutare mente ed umore; altrettanto importante sarebbe però comprendere che spesso bisogna cambiare qualcosa anche nello stile di vita e nelle abitudini.

Una buona Salute Mentale passa anche attraverso la disponibilità a comprendere noi stessi ed accettare le criticità, ricorrendo quando necessario all'aiuto di professionisti che ci aiutino a conoscere le nostre dinamiche. La buona Salute Mentale dipende anche dalla qualità delle nostre relazioni, dalla disponibilità – in primis nostra – all'incontro ed all'ascolto, all'apertura verso le alterità, insomma quella "saggezza" e sensibilità che ci permettono di non escludere le persone più fragili. La sofferenza psichica si previene o si allevia anche vivendo in una Comunità generatrice di crescita e benessere.

Essere Chiesa significa essere Popolo di Dio, in accordo con il grande progetto d'amore del Padre. Questo implica essere il fermento di Dio in mezzo all'umanità. Vuol dire annunciare e portare la salvezza di Dio in questo nostro mondo, che spesso si perde, che ha bisogno di avere risposte che incoraggino, che diano speranza, che diano nuovo vigore nel cammino... (Papa Francesco, Evangelii Gaudium, 114)

Con questo messaggio esortiamo le Comunità cristiane alla preghiera ed alla riflessione su questi temi così carichi di umanità, invitando a scelte coerenti di vicinanza ed inclusione verso i fratelli e sorelle più fragili e le loro famiglie.

Torino, 27 settembre 2019

+ Mons. Marco BRUNETTI
Vescovo di Alba
Delegato Conferenza Episcopale Piemontese
per la Pastorale della Salute

Don Domenico Bertorello
Incaricato Regionale
per la Pastorale della Salute