

## L'elisir di ~~lunga~~ vita.

Uno dei sogni che l'umanità ha da sempre nel cassetto è quello dell'elisir di lunga vita. E sembra che, se non avranno maggiore diffusione nuove malattie che si vanno presentando sulla scena (che si tratti della reazione di Madre Natura?) si sia sulla buona strada per realizzarlo. Nel giro di un paio di secoli la vita media è raddoppiata; e oggi si parla, con timore, del fatto che a breve la popolazione improduttiva (dal punto di vista del reddito) per raggiunti limiti d'età supererà quella produttiva.

Solo che questo elisir non è esattamente del genere di quello cercato. Non è la pozione magica, magari di sapore gradevole, da bere una sola volta, in un'unica dose; è un continuo stillicidio di medicinali, di interventi più o meno debilitanti e a volte degradanti, di preoccupazioni, di paura (a volte di terrore) di perdere all'improvviso quel poco che si era faticosamente guadagnato. Questo oggi; domani, chissà, le cose potrebbero cambiare. In ogni caso, è opinione di tutti, il giuoco vale la candela.

Si è però sempre detto che l'uomo non è solo ossa, cartilagini, muscoli, organi, sangue. Da Cartesio in poi si disse: l'uomo è anche spirito. E se è vero, come dicevano i latini, che *mens sana est in corpore sano*, non basta un corpo sano per avere una mente sana. Bisogna allora curare anche questa; cosa che oggi si tende per lo più a dimenticare. Anzi, siamo scientemente spinti verso la massificazione e l'appiattimento in modo che, quando lo strumento mentale abbia perso la capacità di essere criticamente usato, sia più facile venderci questo o quell'altro prodotto (di cui forse non abbiamo il minimo bisogno) o dirci che per il bene della collettività (che poi, sosterranno, è anche il nostro) dobbiamo fare questa o quell'altra cosa. Rischiamo così di avere un corpo sano, ma con in esso una mente parzialmente inabile.

Ma, prima di Cartesio, si diceva che l'uomo non era fatto solo di spirito e materia, ma anche di anima; cioè di impressioni, pulsioni, aspirazioni, sentimenti. E se è vero, come si ricomincia a dire oggi, che molte malattie sono di origine psicofisica, allora l'elisir non deve essere solo di lunga vita, ma anche e soprattutto di vita: bisogna fare in modo che anche l'anima stia bene.

Ce lo diceva, fra gli altri, Salustri (medico, oltre che poeta dialettale) che scriveva sotto lo pseudonimo di Trilussa, che di Salustri è l'anagramma; ma che, in questo particolare contesto, mi piace leggere come l'anagramma di *Tri Salus*: tre volte salute.

*Rinchiuso in un castello medievale,  
er vecchio frate co' l'occhiali d'oro  
spremeva da le glandole d'un toro  
la forza de lo spirito vitale  
per poi mischiallo, e qui stava er segreto,  
in un decotto d'arnica e d'aceto.*

*E diceva fra sé: -Co' 'st' invenzione,  
che mette fine a tutti li malanni,*

*un uomo camperà più de cent'anni  
senza che se misuri la pressione  
e se conserverà gajardo e tosto  
còr core in pace e la coscienza a posto.-*

*Detto ch'ebbe così, fece una croce,  
quasi volesse benedì er decotto;  
ma al'improvviso intese come un fiotto  
d'uno che je chiedeva sottovoce:  
-Se ormai la vita è diventata un pianto  
che scopo ciai de fallo campà tanto?*

*Devi curaje l'anima. Bisogna  
che, invece dess'è schiavo com'è adesso,  
ridiventi padrone de se stesso  
e non agisca come una carogna;  
pe' ritrovà la strada nun je resta  
che un mezzo solo e la ricetta è questa:*

*“Dignità personale grammi ottanta,  
sincerità corretta co' la menta,  
libertà condensata grammi trenta,  
estratto depurato d'erba santa,  
buonsenso, tolleranza e strafottina  
(un cucchiaino a diggiunio ogni mattina)”.-*

Vi confesso che la modestia non è il mio forte. E allora dico che quella di Trilussa è un'ottima ricetta, ma non basta: serve solo per cominciare. Mi permetto allora di dare, a me e a voi, due consigli in merito allo star bene dell'anima, raccontandovi una storiella.

E' ambientata in un'epoca imprecisata del passato ed in un villaggio sperduto del medio oriente, ai limiti del mondo civile. Il personaggio centrale è quello che potremmo definire un *giudice popolare*, la personalità a cui tutti si rivolgono sia per le questioni che ormai riguardano l'amministrazione della giustizia, sia per le piccole beghe onde evitare che possano diventare questioni legali, sia per dei semplici consigli.

Un giorno davanti a lui, mentre fumava beatamente il suo narghilè, si presentò una donna che trascinava il proprio figlio, ancora ragazzino e parecchio paffutello.

*“Giudice, guarda mio figlio: fra poco sarà più grasso di un maiale<sup>1</sup>. Puoi ordinarli di non mangiare più di due cucchiaini di zucchero al giorno?<sup>2</sup>”*

La risposta immediata fu, fra due boccate di fumo:

*“Torna fra una settimana e ti darò la risposta.”*

---

<sup>1</sup> A quei tempi e in quei posti, evidentemente, ai maiali non era stata imposta la moda del: niente grasso, siamo salutisti.

<sup>2</sup> A quei tempi e in quei posti, evidentemente, non era ancora avvenuta l'invasione delle merendine industriali. Ma come: ai maiali imponiamo il salutismo e ai nostri figli no? C'è qualcosa che non va.

La donna lo guardò interdetta; ma un *giudice* è un *giudice*. Andò via e tornò dopo una settimana. E allora il nostro *giudice* disse al ragazzino:

*“Ti ordino di non mangiare più di due cucchiaini di zucchero al giorno. Sei soddisfatta, donna?”*

*“Sì, giudice.”*, disse la donna.

E poi, timorosa ma orgogliosa, aggiunse:

*“Ma debbo farti un'altra domanda, giudice: avevi cose talmente importanti da fare o a cui pensare, da farmi aspettare tanto tempo?”*

*“Sì, donna. Dovevo prima vedere se, per me, era un bene mangiare solo due cucchiaini di zucchero al giorno.”*

Primo consiglio: imparare a indagare nel nostro intimo, per non chiedere a noi stessi di fare quanto non rientra nelle nostre possibilità; ma al contempo (e senza barare) tutto quanto rientra nei nostri limiti. E' il solo modo di vivere in armonia con se stessi.

Secondo consiglio: imparare a conoscere se stessi, per non chiedere agli altri quanto non rientra nelle nostre possibilità. E' il solo modo di vivere in armonia, quando ciò è obiettivamente possibile, con il prossimo.

ni.bar

**copyright©iltibetano.com**