

Istruzioni per arrivare vivi alla morte

Alla morte tutti arrivano di sicuro, ma vi si può arrivare vivi oppure già morti. Alcuni infatti vivono, ma in realtà sono già morti. Vivono, ma non pienamente, vivono a metà, a volte anche meno di metà rispetto alle loro potenzialità vitali, e quindi per buona parte sono già morti. È ciò che insegna la storia di apertura del bestseller *“Messaggio per un’aquila che si crede un pollo”* del gesuita e psicoterapeuta indiano Anthony De Mello, pubblicato in America nel 1990 con il titolo *“Awereness”* e nel 1995 in Italia. Il grande successo del libro inquietò il Vaticano, che il 24 giugno 1998, con una nota della Congregazione per la Dottrina della fede firmata da Joseph Ratzinger, dichiarò le idee di de Mello “incompatibili con la fede cattolica” e tali da “causare gravi danni”. A mio avviso si tratta di un giudizio fondato nel primo caso, ma falso nel secondo, perché il libro non causa danni ma al contrario risana ferite; e lo può fare, io penso, proprio perché è incompatibile con alcune affermazioni (errate) della dogmatica cattolica. La storia racconta di un uomo che trovò un uovo d'aquila e lo mise nel nido di una chiocchia. L'uovo si schiuse insieme agli altri e l'aquilotto crebbe con i pulcini trascorrendo tutta la vita come un pollo pensando di essere tale. Un giorno la vecchia aquila vide nel cielo uno splendido uccello che planava maestoso e chiese stupita: “Chi è quello?”. “È l'aquila, il re degli uccelli”, rispose il vicino. “Appartiene al cielo, noi invece apparteniamo alla terra perché siamo polli”. E così l'aquila visse e morì come un pollo, perché pensava di essere tale.

La storia insegna che si può arrivare morti alla morte. E che questo avviene perché si vive in modo difforme rispetto alla propria natura. specularmente insegna che vi si arriva vivi se si vive in modo conforme alla propria natura. Qual è la natura specifica degli esseri umani? È quella di non avere una natura specifica. Si può quindi concludere che la specificità, seguendo la quale viviamo in modo conforme alla nostra natura e arriviamo vivi alla morte, è la libertà. La libertà si compone di tre qualità: consapevolezza, creatività, responsabilità. Ora, visto il tema che stiamo trattando, mi soffermo in particolare sulla consapevolezza in quanto chiave indispensabile per arrivare vivi alla morte. Praticare la consapevolezza significa lavorare sulla propria interiorità operando coltivazione di sé, concentrazione, attenzione, vigilanza, raccoglimento, silenzio, riflessione, meditazione: un insieme di pratiche che può essere detto “esercizi spirituali” o anche “pratica di consapevolezza”.

Il lavoro finalizzato alla consapevolezza costituisce la vera cultura e il vero culto. La radice delle parole *cultura* e *culto* è la medesima, è il verbo latino *colo, colere*, “coltivare, aver cura”: sia nel senso di un lavoro esteriore espresso dal sostantivo “agricoltura”, sia nel senso di un lavoro interiore espresso dal sostantivo “culto”. Gramsci aveva della cultura un’idea analoga: “La cultura è organizzazione, disciplina del proprio io interiore; è presa di possesso della propria personalità, è conquista di coscienza superiore”. L’espressione “disciplina del proprio io interiore” fa comprendere che esiste una duplice dimensione dell’io: esteriore e interiore. Si arrivi vivi alla morte se si coltivano entrambe le dimensioni della nostra personalità. Le quali però hanno una grande differenza tra loro: l’io esteriore infatti via via deperisce, mentre l’io interiore può fiorire fino all’ultimo giorno. È quanto Gramsci denominava “coscienza superiore”.

Si potrebbe obiettare che con la consapevolezza si comprende che ogni istante è un passo verso la fine e che quindi sarebbe meglio non esercitarla. È quanto fanno i più, preferendo non pensare e anestetizzare la mente. Ha scritto Montaigne: “Il rimedio del volgo è di non pensarci”. Accantonano l’angoscia e vivono; magari come un pollo, ma vivono. È possibile invece essere consapevoli della fine e insieme vivere in modo lieto e persino nobile come un’aquila?

Rispondo convinto di sì, avendo osservato che proprio chi coltiva la consapevolezza tramite il lavoro spirituale abbandona ogni paura della morte e vive con serenità. Comprende la vera natura della vita e vive con più autenticità ogni minuto, consapevole della preziosità del tempo che non tornerà più e dedicandosi ad attività che danno la vera gioia profonda, e non l’effimera felicità del momento. Coltiva la consapevolezza della morte non come paura o addirittura odio della vita, ma come amore veritiero della vita (non del proprio ego, ma della vita).

Nel passato incombeva un pensiero ossessionante della morte usato per generare paura di Dio e dei castighi dell’inferno e così controllare le coscienze. Si ripeteva: “Ricordati che devi morire” come una funebre terrorizzante litania. I segni del lutto, poi, erano ovunque ad ammonimento continuo. Oggi siamo in presenza dell’eccesso opposto: la vita trascorre all’insegna del divertimento, la morte la si vede solo nei film e si cammina nelle nostre città senza scorgere nessun segno di lutto. La gente però muore lo stesso, e l’angoscia, ben lungi dall’essere scomparsa, forse è persino superiore rispetto al passato quando poteva manifestarsi pubblicamente. Che fare? L’unica via per arrivare vivi alla morte è, come ho detto,

la pratica della consapevolezza, il lavoro interiore in quanto cultura e in quanto culto. Potrei citare insegnamenti di grandi pensatori e maestri spirituali, ma ho iniziato con de Mello e concludo con questo suo consiglio: “Il modo per vivere realmente è morire. Il passaporto per la vita è immaginarsi nella tomba. Immaginatevi di giacere nella bara. Ora, osservate i vostri problemi da quel punto di vista. Cambia tutto, non è vero? Che bella meditazione. Fatela ogni giorno, diventerete più vivi”.

Vito Mancuso, La Stampa 28 settembre 2023