

Un ricordo dimenticato

Un ricordo, un ricordo relegato in un angolo oscuro della mia memoria, era un ricordo che la coscienza, non potendo ordinare, aveva isolato in un angolo.

La coscienza poteva accedervi ma, questo ricordo, era senza nessuna connessione con gli altri, perché non aveva senso o perlomeno era incomprensibile in quanto mancavano dei dati simili a lui.

Era una di quelle esperienze che ci accadono e che non possiamo comprendere e quindi restano isolate da una parte. La nostra coscienza non riesce ad ordinarle.

Non sto parlando di esperienze dolorose o violente, anche se il meccanismo è simile. Parlo di esperienze, che, per il nostro vissuto fino a quel momento, non possiamo associare a niente di simile né capire, quindi restano lì da una parte, isolate in un limbo.

Non mi sto riferendo a eventi traumatici difficili da affrontare, ma ad esperienze positive, che magari a volte possono essere registrate con un senso di paura, proprio per l'impossibilità di comprenderle, o possono essere considerate irreali e ci fanno temere per la nostra sanità mentale, altro motivo per metterle in un angolo.

Esistono forse per ognuno di noi ricordi del genere, che non riusciamo a spiegare e quindi a collocare in un'area precisa della nostra memoria.

Questo racconto parla di un'esperienza del genere che mi è accaduta ed è rimasta per sette anni nella mia memoria senza essere, per così dire, ben catalogata, fino a quando il mio percorso di studio e di ricerca mi ha permesso di comprenderla più pienamente ed utilizzarla.

Era un periodo difficile della mia vita, nel quale cercavo di aiutare materialmente e psicologicamente mio padre, giunto ormai all'ultima fase della sua malattia. Ovviamente questi momenti ti mettono di fronte all'accettare, come si suole definire, l'ineluttabile, che, anche se lo chiamiamo così, cerchiamo in tutti i modi di contrastare. Quindi stavo cercando di smettere di lottare e di accettare la futura separazione da mio padre, questo periodo stava andando avanti da mesi, con fasi alterne, momenti più difficili ed altri più facili, momenti materialmente faticosi e pieni ed altri vuoti che ti lasciavano tempo per pensare. Io e mio padre avevamo un carattere simile, entrambi testardi, immagino che per questo la fase terminale della sua malattia, che a detta dei medici doveva essere di circa tre mesi, invece ne è durata nove.

Accompagnare una persona cara nell'ultima fase della sua vita è un'esperienza così stravolgente, che se da una parte non l'augurerei a nessuno, dall'altra l'augurerei a tutti.

Il decorso della malattia di mio padre non richiedeva cure particolari, per questo abbiamo potuto seguirlo a casa.

Nelle ultime due settimane era peggiorato molto, ed io, quella sera, sentivo il peso di dover decidere della sua cura e di come gestire la situazione, mia madre era troppo stanca per dividerlo con me.

Ero seduta da sola accanto al suo letto, tenendogli la mano, con uno stato d'animo angosciato, preoccupato, teso e contraddittorio.

Improvvisamente, mentre cercavo di ragionare sul da farsi, è calata su di me una sensazione di calma ed allegria, così repentina da darmi la percezione che non provenisse da me, ma da qualche altra parte.

Contemporaneamente si è configurata nella mia mente un'immagine; due linee luminose correvano parallelamente come un binario verso l'infinito, in un universo stellato; insieme all'immagine il concetto che l'amore che ci univa fosse eterno, e che non solo sarebbe esistito dopo la nostra morte ma esisteva prima della nostra nascita.

Metaforicamente era come se vedessi quello che stava accadendo da un'altro punto di vista, non più da dentro quella situazione e quella stanza, ma in modo più globale, quindi da molto più distante, da un punto di vista così distante che non aveva né tempo né spazio.

La gioia era così forte che non ho potuto trattenermi dal dirlo a mio padre, lui nel suo stato

di semi incoscienza ha spalancato i suoi profondi occhi azzurri, con un'espressione allarmata, allora ho aggiunto "non ti preoccupare va tutto bene, l'ho pensato e te l'ho detto", lui ha richiuso gli occhi ed è tornato al suo pesante sonno.

La mattina dopo mio padre ha abbandonato il suo corpo, mentre la gioia che mi aveva pervaso è stata con me per diversi giorni.

Sicuramente molti avranno pensato, al funerale, che il mio sorriso smagliante fosse fuori luogo.

Nel periodo successivo ci sono state situazioni da sistemare, la mia vita e quella di mia madre da rimettere in moto, e io, risucchiata da queste faccende quotidiane, non ho più pensato a quel momento ed il ricordo è entrato nel limbo.

Nell'evolversi della mia vita ho continuato i miei studi sull'autoconoscenza e di seguito la ricerca nella meditazione. Così sono arrivata, attraverso i primi, a catalogare la mia esperienza come qualcosa di simile alla "coscienza ispirata" (Appunti di Psicologia, Psicologia 4 di Silo), e attraverso la seconda ad accettare il "regalo" che avevo ricevuto, anche se non potevo identificarne l'origine.

Provando a spiegare brevemente il mio percorso meditativo, che è stato molto più complesso, potrei dire che alla base c'è una ricerca di silenzio e di vuoto. Silenzio esterno dei rumori e degli stimoli, ma anche silenzio interno dei contenuti quotidiani: quando si riesce a persistere in questo silenzio assoluto, diventa un vuoto. Un vuoto di rumori e di contenuti. Se si riesce a mantenere questo vuoto è possibile che, anche soltanto per un attimo, si riescano a fermare i meccanismi della coscienza, e si possa sfiorare l'ingresso di qualcos'altro, che è difficile trovare le parole per descrivere, perché non ha tempo né spazio. In questo non-luogo si possono ricevere regali preziosi.

In questo mio percorso ho ricevuto altri regali simili, ho imparato a ringraziarne, anche se non so da dove o da chi arrivino, ed ho scoperto che sono utili, quindi non dobbiamo averne paura e lasciarli nel limbo.

Per spiegare ulteriormente la certezza che mi ha dato questa esperienza potrei aggiungere che è stata l'apice e la conclusione del percorso fatto con mio padre in quei nove mesi. In quel periodo ho provato diversi stati d'animo: dubbio, incertezza, fede, complicità, distanza, rabbia, riconciliazione, paura, amore. Ed ancora ho passato momenti di paura dell'abbandono, ossia che mio padre mi abbandonasse o che io abbandonassi lui.

Quindi come in un viaggio si affrontano salite e discese, incontri ed emozioni, pioggia e sole, ed alla fine del viaggio tutto si sintetizza in un'unica esperienza, questo lo si può vivere anche in una stanza, ed è un lungo percorso che aggiunge un'esperienza fondamentale nella vita, la tua e quella dell'altra persona.

Come epilogo di questo racconto, invito chi legge a cercare se anche lui ha ricordi messi in un angolo della memoria, nell'impotenza di razionalizzarli.

Concludo aggiungendo che anche se li lasciamo da una parte, non possiamo cancellare quello che è successo e la consapevolezza che hanno portato con loro.

E' importante usare questo regalo come un piccolo mattone dandogli un posto importante e lavorandoci intorno, arriveranno altri mattoni che costruiranno la nostra certezza, tanto che ora posso affermare e riconoscere come mia una frase del Maestro Silo che all'inizio mi lasciava interdetta: *"...dichiaro innanzi a voi la mia fede e la mia certezza basata sull'esperienza nel fatto che la morte non chiude il futuro, che la morte, al contrario, modifica lo stato provvisorio della nostra esistenza per lanciarla verso la trascendenza immortale. Non impongo la mia certezza né la mia fede e vivo accanto a coloro il cui modo di porsi nei confronti del senso della vita è diverso dal mio; tuttavia mi sento obbligato ad offrire, per solidarietà, il messaggio che riconosco rende libero e felice l'essere umano. Per nessun motivo eludo la responsabilità di esprimere le mie verità, per quanto esse possano apparire discutibili a chi sperimenta la provvisorietà della vita e l'assurdità della morte."* (Discorsi, Il senso della vita - Città del Messico 10 ottobre 1980, di Silo)