

Maia Cornacchia

Morire ascoltati ascoltando¹

*Noi non abbiamo mai, dinanzi a noi, neanche per un giorno,
lo spazio puro dove sbocciano i fiori a non finire. Sempre c'è mondo
e mai quel nessundove senza negazioni
puro, non sorvegliato, che si respira,
si sa infinito e non si brama. Uno, da bimbo
ci si perde in silenzio e ne è
scosso. O un altro muore e lo diventa.
Perché quando è vicina la morte non si vede
E guardiam fissi fuori, forse col grande sguardo degli animali.²*

Quando è morto mio padre ho avuto la fortuna di *saperlo* ascoltare.
Mio padre era pronto. Da alcuni giorni diceva “Mi sento tra color che son
sospesi...”.

Io non sapevo di essere pronta. L’ho scoperto nel momento in cui la
mia attenzione si è spostata su di lui. Stavo ascoltando e piangendo il mio
dolore, la sensazione di aver perso per sempre quel padre tanto amato che
era sparito nell’incoltabile distanza della sua immobilità, quando, senza
accorgermene, ho cominciato a ascoltarlo, a entrare in quell’immobilità, nel
silenzio, nel vuoto della sua assenza. La sensazione di una presenza, di una
pienezza di vita indicibile stava colmando di gioia quello stesso cuore che un
attimo prima si contorceva nel dolore.

Nacque lì la mia motivazione a occuparmi di chi muore e di chi lo
accompagna. Nacque lì un nuovo sguardo sulla morte e un’attenzione che
avrebbe attinto poi a una duplice fonte: all’ascolto dell’esperienza, nella mia
pratica, con persone che incontravo nel momento della perdita di un parente
stretto, e alla riflessione sul modo in cui viene trattata la morte nella nostra
cultura, cioè sulla sua rimozione.

L’ascolto dell’esperienza

Nell’ascolto dell’esperienza il corpo si fa trasparente, pronto ad
accogliere qualunque visita del mondo e, nella continuamente rinnovata

¹ Pubblicato sulla rivista *La Psicomotricità*, Volume 3 numero 3 - novembre 2021,
Erickson, Trento 2021.

² R.M. Rilke, *Elegie Duinesi*, testo tedesco e traduzione di E. e I. De Portu, Einaudi,
Torino 1978, p. 49.

vitalità delle proprie risposte, ci parla di un sapere organico. Organico perché connesso alla vita e al vivente qualunque ne sia la forma. Un sapere che non sappiamo di sapere, che non si impara e non si insegna, ma che si manifesta, come l'intuizione, ogni volta che gli facciamo spazio.

Nel momento della perdita, il dolore può renderci più sgombri. Come un'onda che sbatte contro quello che incontra, facendosi spazio, il dolore abbatte la volontà di potenza, l'illusione del controllo, le innumerevoli consolatorie certezze a cui ci aggrappiamo e ci lascia in contatto con il mistero dell'ignoto. Possiamo concentrarci sull'impotenza, sulla paura, sulla rabbia, sul rimpianto e compiangerci o disperarci. Possiamo tentare di ricoprire con il velo del noto quello che mette in scacco il nostro presunto sapere. Ma possiamo anche poggiare il piede incerto su quella terra smossa e metterci in ascolto. Un ascolto di sé e dell'altro che si apre a quello che c'è oltre il limite dell'io e del tu, portandoci nella vastità del territorio delle domande senza risposta e di quel sapere che non sappiamo di sapere.

Che cosa ci impedisce di ascoltare l'esperienza, di essere presenti, attenti, aperti, di stare, con fiducia, nel movimento della vita?

La rimozione della morte e il suo lavoro per la vita

La morte, vista e detta sempre come evento finale della vita, fa paura. Fa paura perché non possiamo averne né raccontarne l'esperienza. Perché non siamo allenati e non conosciamo, nella cultura del pieno, l'importanza e la grazia del lasciar andare.

Dalla paura e dall'impotenza nasce il bisogno di rimuovere la morte per coltivare l'illusione del controllo, la volontà di potenza e il sogno della vita eterna.

Ma la morte sfugge, irriducibile, al controllo. E quanto più una società si fonda sulle risposte, negando l'apertura e il potenziale di ascolto che le domande portano in sé, tanto più dimostra di nascere dalla paura della morte, di esserne condizionata e di coltivarla.

Eppure la morte ci rimbalza nella vita. È il limite che non possiamo non vedere, l'unica certezza, l'unico sapere davvero condiviso che, se guardato, ci ricorda l'orlo che incontriamo ogni giorno, in ogni istante, ogni volta che non riusciamo a nascondercelo sotto il velo rassicurante della stabilità, della solidità, della permanente pervadenza degli oggetti. L'orlo che rende vigile la nostra attenzione collocandoci lì dove siamo, che ci apre gli occhi e il cuore e ci tiene vivi.

Quando scegliamo di non resistere al movimento della vita, di collocarci nel flusso di quello che c'è, di investire l'energia, sottratta

all'ansia di controllo, nell'ascolto dello spessore sottile dell'evento, noi sperimentiamo il morire. Lo sperimentiamo come movimento, trasformazione, passaggio da uno stato a un altro, vuoto e pieno, sofferenza, sorpresa, magia, mistero, transito della vita.

E poiché il nostro destino di morte ha in sé e circoscrive la possibilità della vita, se ci alleniamo a vivere ascoltandoci e ascoltando, coltiveremo la fiducia e non la paura. Ci accorgeremo dell'indissolubile intreccio di vita e morte, del costante lavoro della morte per fare spazio alla vita e impareremo da lei a lasciar andare per poter accogliere.

La pandemia che ci ha investito ha reso difficile per tutti rimuovere la morte (anche quando abbiamo tentato di trasformare i decessi in numeri) e proprio questo ci ha permesso di vedere che è dicendo di sì alle difficoltà che loro si trasformano in opportunità, che la nostra creatività si risveglia, che la curiosità riesce a trasformare l'ordinario in straordinario e la perdita di libertà date ci fa scoprire quanta libertà abbiamo e quanto potere non sul "che cosa" ma sul "come" delle nostre vite.

Anni di pratica dell'ascolto mi hanno insegnato a percepire quanto siamo soggetti a una visione pregiudicata, quantitativa e statica di noi stessi e del mondo che ci poniamo di fronte, ma mi ha insegnato anche, che proprio a partire da questa consapevolezza, quando la assumiamo, anziché rimuoverla, i sensi si affinano, lo sguardo diventa capace di una visione qualitativa e i piedi stanno diversamente sul terreno accennando, a tratti, qualche passo di danza.

È possibile coltivarsi come soggetti delle proprie pratiche? Coltivarsi nell'intreccio danzante di vita e morte assecondandone il ritmo? Accedere alla vastità del "non so" ritrovando l'apertura e la fiducia che avevamo da bambini?

Provo a rispondere (sperando di far nascere altre domande) con una storia che mi piace raccontare e continuare ad ascoltare.

Quanta musica puoi creare?

Immagina questo. Una violinista sta eseguendo un pezzo difficile di fronte a una vasta platea. Improvvisamente c'è un forte schiocco che si propaga attraverso l'auditorium. Il pubblico si rende immediatamente conto che una corda si è rotta e aspetta che il concerto sia sospeso sino a quando un'altra corda, o un nuovo strumento, sia portato alla suonatrice.

Invece la violinista si ricompone, chiude gli occhi e poi invita il direttore d'orchestra a riprendere il concerto. L'orchestra riprende da dove aveva interrotto e la violinista suona con tre corde.

Mentalmente ha calcolato il nuovo posizionamento delle dita per compensare la corda mancante. Un brano che poche persone riescono a suonare bene con quattro corde, questa violinista riesce a suonarlo bene con tre, nonostante la corda rotta.

Quando termina un solenne silenzio invade la stanza e subito il pubblico si alza in piedi e applaude con calore. La violinista sorride e si asciuga il sudore dalla fronte. Quando nella grande sala torna il silenzio lei spiega perché ha continuato a suonare nonostante la corda rotta. "Sapete" dice ancora senza fiato "qualche volta è compito dell'artista scoprire quanta musica puoi ancora fare con quello che ti è rimasto".

Noi sappiamo che cosa significa, vero? Forse noi abbiamo vissuto la maggior parte della nostra vita e ce ne è rimasta solo una piccola fetta. Possiamo creare ancora musica? Forse la malattia ci ha privato della nostra capacità di lavorare. Possiamo creare ancora musica? Forse una perdita finanziaria ci ha impoverito. Possiamo creare ancora musica? O forse una relazione importante è finita e ci sentiamo soli al mondo. Possiamo fare ancora musica?

Verrà un momento in cui tutti vivremo una mancanza. Come la violinista avremo il coraggio di scoprire quanta musica potremo ancora fare con quello che ci è rimasto? Quanto bene potremo ancora fare? Quanta gioia potremo ancora condividere con gli altri? Perché io sono convinto, più che mai, che il mondo ha bisogno della musica che solo tu puoi fare. [...] Allora quanta musica puoi fare tu con quello che ti è rimasto?

KH Marolìa

Maia Cornacchia