



MORTE, LA GRANDE FINZIONE?

DI: LUIGI ZUFFADA

.Pubblicazione a cura di.

A.P.S.BAHA'I Gianni Ballerio.



La pubblicazione è stata curata
dalla Associazione Bahá'í di Promozione Sociale "Gianni Ballerio"
www.promozionesociale.org
nell'ambito delle iniziative che promuovono la ricerca etica e spirituale

Si ringrazia per la collaborazione:

Il Comune di Borgo San Lorenzo



La Società della Salute

Le Cure Palliative

Foto e grafica di copertina di:
Mario Poggiali

Indice

MORTE, LA GRANDE FINZIONE?	4
Il saggio di Cesare Boni	4
La paura della morte	6
“Ogni notte sul tuo cuscino”	7
Lo scopo della vita	8
Contenti di vivere, contenti di morire	9
L’accompagnamento dei morenti.....	11
Cosa fare dopo la morte?	13
La luce di Dio.....	13
NOTE.....	16
BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE.....	17

MORTE, LA GRANDE FINZIONE?

di Luigi Zuffada

Narra la mitologia greca che alla richiesta del re Creso a Solone di indicargli chi fossero stati gli uomini più felici del mondo, il saggio rispose con i nomi di Cleobi e Bitonte, i due giovani fratelli che avevano staccato i buoi dal carro per portare più velocemente e senza ritardi, con le sole forze delle loro braccia, l'amata madre alla festa della dea Era. Al Cielo quella madre chiese di concedere ai figli ciò che di meglio si poteva ottenere. Al che i due giovani banchettarono gioiosamente, ricevendo il plauso di tutti i presenti finché, coricati per la notte, morirono nel sonno in piena tranquillità. Secondo gli antichi, dunque, la felicità, come chiosa lo studioso Claudio Risé, consisteva in «una vita buona, con affetti pieni, e senza incertezze, il caloroso rispetto dei contemporanei e la capacità di mantenere tutto questo fino al difficile momento della morte, nel quale molto di quanto si era costruito può essere improvvisamente perso (per paura o improvvisa indegnità)».¹

Dunque, una «morte tranquilla» nel bagaglio della felicità umana!

La morte, appunto: essa è divenuta il grande tabù del mondo occidentale, almeno dall'Illuminismo in avanti, da che la nostra cultura sempre più si è sforzata di rimuoverla, strutturando l'intera esistenza in modo che la morte sia invisibile, addirittura impronunciabile. Facciamo del nostro meglio per cancellarla, abbiamo escogitato mille modi per evitare anche di nominarla, arriviamo al grottesco di applaudire i defunti chiusi nelle loro bare sia in chiesa che fuori dalla chiesa, perché non sappiamo più che essi hanno bisogno solo del nostro silenzio e delle nostre preghiere. Perché, soprattutto, abbiamo dimenticato che il segreto più prezioso della vita, come insegna un grande saggio dei nostri tempi, Osho, è imparare a morire, ad accettare la morte, a lasciare che il passato muoia ogni giorno.² Noi, al contrario, non permettiamo al passato di morire, ed ecco che un vecchio di 70-80 anni sogna ancora le dive del cinema della sua giovinezza, anche se esse sono tutte ormai invecchiate al pari di lui: «Le immagini si muovono ancora davanti ai suoi occhi, nulla è morto. Di fatto, il nostro passato non muore mai. Non abbiamo mai il coraggio di morire: non lasciamo mai andare nulla e di conseguenza tutto continua ad accumularsi. Non permettiamo a ciò che è morto di essere morto; piuttosto, lo accumuliamo come una zavorra. E poi diventa impossibile vivere sotto questo peso. Per cui, una delle chiavi dell'arte di morire è: lascia che ciò che è morto sia morto»,³ o, secondo la celebre e mai ben compresa espressione del Cristo, *lascia che i morti seppelliscano i morti!*

Il saggio di Cesare Boni

Una delle più interessanti riflessioni sulla morte e sulla vita ultraterrena, apparse di recente in Occidente, è il ponderoso e affascinante saggio di Cesare Boni, dall'accattivante titolo «*Dove va l'anima dopo la morte*» (Amrita, Torino, seconda edizione 2008, euro 24). Diciamo *accattivante*, in quanto quella titolazione (e, si sa, i titoli vengono solitamente decisi dall'editore!) non esaurisce affatto la ricchezza delle argomentazioni e del materiale raccolto, che è immenso e tiene conto, senza esagerazioni, di quasi tutte le culture ed esperienze del mondo sull'argomento vita – morte.

Non per nulla Cesare Boni può vantare un curriculum umano e professionale di grande pregio. È stato docente alla Scuola di Specializzazione in «Psicologia del Ciclo della Vita» ed insegna tuttora nei Corsi di Perfezionamento dell'Università Statale «Federico II» di Napoli. Ha insegnato nelle cliniche universitarie di Bruxelles, Londra, California. È stato organizzatore e relatore di numerosi convegni universitari internazionali sulla conoscenza della vita e della morte. E, quel che ancor più

lo qualifica (almeno ai nostri occhi), ha studiato per più di quarant'anni negli Ashram e nelle scuole dei più grandi Maestri del Buddismo tibetano, dell'Induismo, del Vedanta e dello Yoga, da cui ha ricevuto l'autorizzazione a insegnare, e difatti ha tenuto conferenze e seminari in numerose Università italiane, nonché a Bombay, New Delhi, Puna, Benares. Tiene tuttora corsi di studio in diversi Istituti Internazionali di Psicopsintesi Educativa e nelle più prestigiose scuole di Psicologia operanti in Italia.

Partendo da ciò che in Occidente è divenuta una visione ossessiva della morte, la tesi fondamentale dell'autore di questo libro è che l'ignoranza di un processo di cui non conosciamo nulla è appunto prettamente un fenomeno soprattutto nostro, di noi occidentali, che vediamo la morte come la fine della vita, come una completa, definitiva e tragica separazione da tutto, mentre i libri sapienziali di tutte le tradizioni e i grandi saggi di ogni epoca hanno sempre detto, e insegnato, esattamente l'opposto! Come giustamente sottolinea il prefatore del libro, nell'invito a guardare oltre la paura, verso un progressivo allargamento di orizzonte, si percepisce il disegno dell'autore: far comprendere come «il progressivo scollamento dell'evento della morte dalla vita dell'uomo, attraverso i meccanismi della negazione e dell'annullamento, produca come contraccolpo il prodursi di una lacerazione definitiva che distorce completamente il significato dell'esistenza, non solo, ma anche della realtà del mondo». ⁴ Mondo che non è, come la maggioranza della gente mostra di credere, il luogo definitivo, la dimora ultima dell'esistenza umana. Ed è poi lo stesso Boni, in una pagina avvincente, anzi struggente e rivelatrice, ad illustrarci il nobile scopo della sua opera:

«Ciò che mi spinge a scrivere è l'amore verso i miei simili. Con quanta compassione, con quanta tenerezza faccio l'esperienza di accompagnamento al morente, ma con quanta pena vivo la reazione emotiva dei miei fratelli di vita in questo mondo quando la morte, in un modo o in un altro, si presenta davanti a loro. Lo strazio del loro cuore mi impone oggi di accompagnarli verso una comprensione, non solo diversa, ma più completa e più vera, di quello che sia la vita e quindi la morte [...] Vi è però nell'intenzione qualcosa di molto più grande e di prezioso. Diviene un'invocazione alla volontà divina perché mi guidi e mi permetta di esprimere nel lavoro non solo le mie conoscenze intellettuali, ma soprattutto la capacità di «servire», perché ognuno trovi nel libro ciò di cui ha bisogno. Vi è un magnifico verso di un poeta sconosciuto che mi è rimasto nella mente fin da ragazzo: «*Dio ti rispetta quando lavori per qualcun altro, ma ti ama quando collabori con Lui nel servire il tuo prossimo*». La mia intenzione è quindi cercare di risvegliare nei miei lettori il desiderio di realizzare il vero scopo della vita, che deve necessariamente essere trovato ed accettato, e morire serenamente e soprattutto in maniera consapevole». ⁵

Già questo riferimento al servizio umile degli altri basterebbe a giustificare pienamente la presenza di questa recensione in una rivista culturale bahá'í, ma in più l'enorme fiducia che l'autore mostra quasi ad ogni pagina nella morte come inizio della vera vita (ma più che di semplice fiducia si intravede trattarsi di vera e propria «sapienza»), non può che richiamare alla nostra mente quella splendida *Parola Celata* di Bahá'u'lláh, che è da sola un invito esplicito e possente a «ribaltare la situazione»:

O Figlio dell'Essere Supremo!

Ho fatto della morte un messaggero di gioia per te. Perché ti duoli? Creai la luce perché diffondesse su te lo splendore. Perché te ne schermisci? ⁶

La paura della morte

Non possiamo presumere di dare atto con il nostro articolo di tutta la ricchezza umana e culturale di un cotal libro, operazione che il lettore volenteroso, fors'anche sollecitato da queste nostre noterelle, potrà scegliere di compiere sull'originale. Ci limiteremo dunque ad accennare, se non a trattare, ad alcuni temi che ci sono parsi gli argomenti-chiave di questo saggio di Boni. C'è davvero da chiedersi, come fa l'autore nelle pagine d'esordio del suo libro, perché la gente abbia così paura della morte, tanto da non volere nemmeno sentirne parlare; non possiamo non concordare con la risposta di quel saggio cui era stato chiesto quale fosse, nella vita, la cosa più stupefacente: «Che un uomo, vedendo gli altri morire intorno a lui, non pensi mai che anch'egli morirà!»

Questa grande paura della morte è dovuta a un errore fondamentale e cioè che la nostra esistenza cominci con la nascita, prosegua per un certo numero di anni, contati dal nostro destino, e termini con la morte. La morte diverrebbe, così, la fine di tutto ciò che amiamo, la separazione totale dal corpo, dai nostri familiari e amici, dai nostri averi, dalle abitudini, dai sentimenti. Ma le cose stanno proprio così? Non si tratta di una visione della vita estremamente e tragicamente superficiale? Non è proprio il contrario di tutto ciò che ci insegnano i Libri sacri e i sapienti di tutte le esperienze religiose? Il saggio di Boni ne cita moltissimi, tra i quali spigoliamo:

Ciò che esiste non può cessare di esistere (Bhagavad Gita, 2, 16).

Vi ho scritto queste cose perché sappiate che la vostra vita è eterna (S. Giovanni, Lettera, 1-5, 13).

Nessuno muore, poiché l'anima porta in se stessa i segni della sua eternità (Corano, LXXV, 38).

Bisogna che l'uomo accetti la morte, come accetta la nascita. Facendo così imparerà allora che non deve morire, ma che la sua vita è eterna (Rabbi Yitzahaz, *Commento al Salmo*, 118, 17).

La morte che ispira terrore e stringe il cuore, è per me l'annuncio di una vita più gioiosa. Do a lei pienamente il benvenuto (Kabir).

La morte è la più grande delle illusioni terrene. Non esiste morte, ma solo cambiamento delle condizioni di vita. La vita è continua, ininterrotta, inestinguibile, non nata, eterna, costante. Essa non finisce con la morte dei corpi che la rivestono (Annie Besant, teosofa).

La morte, come la nascita, fa parte della vita. Camminare consiste sia nell'alzare il piede sia nel posarlo (Tagore).

A tali citazioni aggiungiamo quella di Bahá'u'lláh, la più recente Manifestazione di Dio: «*Ed ora riguardo alla tua domanda a proposito dell'anima dell'uomo e della sua sopravvivenza dopo la morte. Sappi, in verità, che dopo la separazione dal corpo l'anima continuerà a progredire fino a giungere alla presenza di Dio in uno stato e in una condizione tali che neanche la rivoluzione dei tempi e dei secoli o le vicende e i casi di questo mondo potranno mutare. Essa durerà quanto dureranno il Regno di Dio, la Sua sovranità, il Suo dominio e la Sua potenza e manifesterà i simboli e gli attributi di Dio, rivelandone la gentilezza amorosa e la magnanimità.*»⁷

Un fatto molto interessante è che le esperienze soggettive di morte che sono state studiate da grandi psichiatri del '900, come Raymond Moody ed Elisabeth Kubler-Ross, concordano con ciò che i Maestri spirituali di ogni epoca e tradizione ci dicono sulla morte e cioè:

1. La morte come noi la intendiamo, come ci è stata insegnata e tramandata, semplicemente «non esiste».
2. Al momento della morte non vi è interruzione di flusso di coscienza. La vita e la morte sono un solo ininterrotto flusso di coscienza.

Boni spiega: «La nascita ci permette la vita su questo piano di esistenza, con degli strumenti che ci consentono, volendo, di realizzare lo scopo della vita. Questi strumenti sono il corpo, con i suoi sensi e i suoi organi, la mente e l'intelletto. La morte indirizza la vita su altri piani di esistenza con

altri strumenti, che ci permetteranno di realizzare lo scopo della vita, se non è stato realizzato in questo mondo.»⁸

“Ogni notte sul tuo cuscino”

E pensare che, con tutta la nostra paura della morte, cioè la paura di lasciare questo corpo, non ci rendiamo conto che il corpo lo lasciamo ogni sera quando ci addormentiamo: infatti il nostro corpo fisico rimane nel letto a riposare, a ricaricare le batterie, e noi saliamo su un corpo più sottile per andare a goderci il nostro stato di sogno o lo stato di sonno profondo senza sogni. Nello stato di sonno, noi viviamo infatti una vita completamente diversa dallo stato di veglia, vedendo, odorando, gustando, sentendo, toccando, ma non con i nostri organi fisici, che in quel momento stanno riposando, bensì con altri sensi (altri occhi, altre orecchie ecc.) che possiamo definire *sottili* in un corpo *sottile*. Durante lo stato di sogno, il tempo o lo spazio hanno altre dimensioni, e noi stessi siamo sì estremamente vivi, ma in una ben diversa dimensione, che un esperto ha definito in un modo appropriato ed efficace:

L'esperienza di sogno non è per voi meno reale dell'esperienza di veglia. Ciò che ci circonda è solido e le persone sono realmente persone. Loro vi sorridono o vi respingono. Tutto ciò che appare è assolutamente reale. Se vincete una lotteria, siete felici, cominciate a preoccuparvi per trovare un buon investimento per il vostro denaro. Se qualcuno vi picchia sentite dolore. Se mangiate dello zucchero lo trovate dolce.⁹

Dobbiamo dedurre che l'esperienza della nostra vita è una verità sempre mutevole, che noi erroneamente consideriamo reale, anzi addirittura assoluta: mentre essa non né permanente né assolutamente reale, come ben delinea questa significativa storia della letteratura indiana. Un re di nome Janaka stava un giorno sollazzandosi nel giardino del suo castello in un'atmosfera ideale: musica meravigliosa, cibi squisiti, concubine, frescura. Finì per addormentarsi sotto le carezze della sua «favorita». Nel sogno si trovò a essere un viandante povero e affamato, adocchiò alcune pannocchie in un campo e le addentò, senza accorgersi che il contadino, proprietario del campo, lo stava osservando. Si trovò presto rincorso e azzannato dai cani e bastonato dal contadino stesso. Piangendo e soffrendo, lo supplicò di risparmiarlo e in quel momento si risvegliò sudato e tremante. Era di nuovo nel giardino del suo castello, coccolato, amato, riverito e temuto. Si riebbe, ma poco dopo si riaddormentò, nuovamente trovandosi nell'amara condizione del viandante perseguitato dai cani e dal loro padrone.

Uscendo infine dal sonno, ebbe l'intelligente e intenso desiderio di svelare l'arcano. Qual era la realtà? Quella che aveva vissuto nello stato di veglia o quella nello stato di sonno? Non v'era dubbio che la vita fosse reale in tutti e due gli stati! Allora, come potevano essere egualmente reali due condizioni vissute con tale intensità, e pur tuttavia così differenti? Chiamò il saggio Astavakra, scoprendo con grande meraviglia che quel maestro non riteneva reale né l'uno né l'altro. «O Re - furono infatti le sue parole - la realtà non può essere qualcosa che muta continuamente. Devi cercare la realtà in uno stato di coscienza che non muta mai. Quello solo è reale. *Quello solo sei tu!*» E gli insegnò a meditare. Quel re divenne uno degli uomini più saggi dell'India, tanto che lo stesso Vyasa, l'estensore della *Bhagavad Gita*, gli mandò suo figlio perché venisse da lui istruito nella conoscenza del Dio trascendente.

Ma anche rimanendo nel nostro tipo di esperienza, non è forse vero che tutto sommato spesso è più piacevole lo stato di coscienza di sogno che quello di veglia? Quante volte, al mattino, al suono della sveglia che abbiamo regolato noi stessi la sera precedente, in quel corpo fisico che abbiamo lasciato nel letto non vorremmo più tornare! Abbiamo infatti dovuto inventare sveglie che squillano a ripetizione e in modo sempre più perentorio per convincerci a rivestire questo corpo di carne e ossa che abbiamo lasciato per circa otto ore durante la notte. Insomma, quando sogniamo siamo

sempre coinvolti nei nostri sogni, viviamo un'altra vita, e di quel corpo fisico lasciato nel letto non solo non ne abbiamo affatto consapevolezza, ma non ci importa proprio nulla. Spesso, nel sogno, ci accade d'abbandonare anche gli attaccamenti più forti, coniuge, figli, carriera, soldi: perché allora, se la morte è così simile al sonno e al sogno, dovremmo averne paura? Un grande sufi ha scritto: «Abbi sempre davanti agli occhi la morte e quando sarai coricato sappi che essa riposa ogni notte sul tuo cuscino».¹⁰

Lo scopo della vita

A questo punto il libro del prof. Boni si addentra nel cuore del problema, asserendo che quella che noi chiamiamo vita, cioè il nostro soggiorno nel corpo che ha inizio con la nascita, e quella che chiamiamo morte, cioè il nostro soggiorno al di là del corpo fisico, sono legate da un solo grande filo: lo scopo della vita. Per ricorrere per una volta a uno scienziato, e non necessariamente a una citazione da un Libro sacro, ecco un fulminante pensiero di Einstein: «Noi vediamo, sentiamo, pensiamo, ma non sappiamo quale energia ci fa vedere, sentire, parlare, pensare. E quel che è peggio, non ce ne importa nulla. Eppure noi siamo quell'energia. Questa è l'apoteosi dell'ignoranza dell'uomo».¹¹ Quell'energia è in noi, siamo noi, è la parte più vera di noi, sicché l'uomo vive nel limite, nel finito, pur essendo uno, illimitato, infinito, come viene espresso in modo ineffabile dall'esordio del Vangelo di Giovanni: «*Et verbum caro factum est et habitavit in nobis- E il verbo si fece carne e abitò in noi*». Notate quell'*abitò* «*in noi*», perché se nelle Bibbie ufficiali, sia cattoliche che protestanti, si trova la traduzione «*fra noi*», o «*in mezzo a noi*», la versione greca originale è invece assai chiara: «*en emin*» che significa appunto «*in noi*», come è confermato dalla versione latina: «*in nobis*». Il Verbo di Dio si è dunque fatto carne in ognuno di noi. O, ancora una volta, aiutati dalla veggente saggezza di un sufi persiano, Al-Hallaj, leggiamo: «*Ho visto il mio Signore con gli occhi del mio cuore e gli ho chiesto: Chi sei? Egli mi ha risposto: Te!*». Mirabile la sintesi degli insegnamenti di tutte le religioni su questo argomento operata da Bahá'u'lláh: «*Rivolgi lo sguardo in te stesso, così che tu Mi possa trovare dentro di te, forte, possente e sufficiente a tutto*».¹²

Allora, forse, lo scopo della vita, lo scopo ultimo, quello vero, è distruggere il senso di limitatezza, il senso di attaccamento con il mondo e tornare a divenire consapevoli di essere al contempo limite ed illimitato, riacquisire, insomma, la consapevolezza della nostra vera natura. «*Quella che noi chiamiamo illuminazione – commenta Boni - non è che un momento senza ritorno, in cui tutto diviene chiaro. Noi da quel momento viviamo aldilà di ogni dubbio, pienamente, la consapevolezza della nostra natura che è perfezione. La perfezione è quindi la meta della vita umana che consiste nell'elevazione della coscienza del corpo, della mente, dell'intelletto, alla coscienza di essere Dio [a Sua immagine e somiglianza]*».¹³

Gesù rispose loro: «Non è scritto nella vostra legge: "Io ho detto: 'Voi siete dèi'»? [Salmi, 82, 6]

(Giovanni, 10, 34).

Quando conoscerete voi stessi, sarete conosciuti e saprete che siete i figli del Padre, il Vivente. Ma se non conoscerete voi stessi, allora sarete nella privazione, e sarete voi stessi privazione (Vangelo di san Tommaso,3).

L'anima umana non è altro che la manifestazione per eccellenza dello spirito del Clemente, poiché il Clemente ha soffiato il suo spirito in lui (Corano, XXXII, 9).

L'uomo è una creatura deiforme, dotato di intelligenza, capace di concepire l'Assoluto, e di una volontà capace di scegliere la via che lo riporta a Lui (Ibn 'Arabí).

Questo è realmente lo scopo della vita umana, perché la realizzazione di Dio passa attraverso la realizzazione della conoscenza di se stessi: se questa vita non è utilizzata per questo scopo, allora la

vita è perduta. Due maestri occidentali, un mistico medievale e un filosofo rinascimentale, hanno riassunto lo scopo della vita in modo conciso e mirabile, ed è significativo che Marsilio Ficino, il celebre pensatore del '400 giunga, per via razionale, alle stesse conclusioni del domenicano Maestro Eckhart:

Questo tesoro del Regno di Dio è nascosto dal tempo e dalla molteplicità, dall'attività dell'anima e dal suo stato di creatura. Più l'anima si allontana da tutta questa molteplicità, più il regno di Dio si rivela in lei [...] L'anima è Dio e usa e gioisce di tutte le cose, proprio come Dio [...] Se Dio non fosse in tutte le cose, la natura cadrebbe morta, senza più lavorare o avere un fine, perché, che voi approviare o no, la natura, fundamentalmente, sta cercando e tendendo verso Dio. Il desiderio della natura non è bere o mangiare o vestirsi di qualcosa privo di Dio, ma essa, sia pure in modo velato, è alla ricerca del sentiero di Dio all'interno di sé. (Eckhart)

L'intero sforzo dell'anima è diventare Dio. Questo sforzo è naturale nell'uomo come volare è naturale agli uccelli. Infatti è inerente in tutti gli uomini ovunque e sempre e non è solo una qualità di qualcuno, ma la natura della specie umana. Infatti, chi ha messo nella nostra anima questa tendenza verso Dio, se non Dio stesso che noi cerchiamo? (Ficino)¹⁴

Noi dunque temiamo la morte perché pensiamo di dover lasciare il nostro corpo, ciò che possediamo, la nostra posizione sociale, i nostri affetti. «Ciò che dovremmo temere – ribadisce Boni parafrasando gli scritti dei sapienti di tutti i tempi e di tutte le latitudini – è il non aver utilizzato il tempo, gli spazi, la bellezza del mondo che ci circonda, i nostri valori di nascita, la nostra intelligenza, le meravigliose possibilità della nostra mente, il nostro corpo, i nostri affetti e i nostri sentimenti, l'entusiasmo, la meraviglia, l'amore, per entrare in contatto sistematico con il nostro essere, per entrare in contatto con Dio. E non dovremmo pensare a Dio solo come un'entità astratta, o come una persona separata da noi, lontana, inavvicinabile e irraggiungibile, ma pensarlo realmente come colui che veste i panni dei nostri sensi sottili, delle nostre intuizioni più intime, delle nostre gioie, dei nostri dolori, dei nostri momenti facili e difficili, della natura, dei nostri sentimenti e della gente che ci circonda. Così dovremmo capire la realtà del mondo, la vera natura del mondo. Così, dovremmo capire la nostra nascita e la nostra morte come momenti creati da Dio per poter entrare in contatto con noi stessi, con Lui. In quei momenti non abbiamo nulla da fare, non dobbiamo lavorare, guadagnare denaro, conquistare posizioni sociali, mangiare, bere, divertirci. Dobbiamo solo e soltanto vivere la nostra unità con Lui. Dovremmo quindi essere certi che non vi è una sola buona ragione per temere la morte. Dovremmo pensare realmente che l'esperienza della morte è così naturale come l'esperienza del sonno. Ciò che invece rende la morte travagliata, sofferta, temuta, sono le nostre resistenze, la nostra cattiva comprensione, i nostri attaccamenti.»¹⁵

Contenti di vivere, contenti di morire

Come dunque prepararci alla morte? E cosa dovremmo fare in punto di morte?

Uno dei Libri sacri dell'umanità ci dà una risposta semplice: «Comunque, se al momento della morte esci dal tuo corpo ricordando Me soltanto, allora ti fonderai con Me» (Bhagavad Gita, 8, 5). È ovvio che per pensare solo a Dio in quel momento supremo, la paura della morte deve aver trovato soluzione da tempo. Ciò non avviene con una conoscenza teorica ma, come suggerisce il prof. Boni, ispirato da tradizioni millenarie presenti in tutte le culture religiose, con una pratica assidua di avvicinamento al divino, tramite la preghiera e la meditazione. In queste costanti esperienze, cominciamo a diventare consapevoli della nostra vera natura, senza perdere la nostra «umanità», le nostre gioie e i nostri dolori, il benessere e la sofferenza, la salute e la malattia, l'attività e il riposo, perché tutto sarà vissuto permanentemente nello stato di esperienza del nostro

vero «Sé». Dio sarà con noi nelle nostre azioni come nel nostro riposo, nelle nostre scelte, come nei nostri rifiuti. Così il cuore viene via via purificato dalle scorie degli attaccamenti, dalle illusioni e dai vani desideri, come insegna Bahá'u'lláh in un Suo scritto mistico:

*O amico, il cuore è la dimora dei misteri eterni, non fare di esso l'abitazione di bizzarrie fugaci; non sciupare i tesori della tua preziosa esistenza impiegandoli in questo mondo transitorio. Tu provieni dal mondo della santità; non legare il cuore alla terra. Sei l'ospite della corte del favore divino; non scegliere la tua dimora nella polvere!*¹⁶

È vero: «dentro di noi - ribadisce Boni - vi è una riserva inesauribile di forza, di amore, di dolcezza, di gioia, di felicità, eppure così spesso ci sentiamo spenti, stanchi, aridi, tristi, infelici» e questo, appunto, perché non abbiamo un collegamento costante con l'energia divina pur sempre presente in noi.

Il nostro costante correre, aver fretta, impegnarci incessantemente in mille azioni diverse, e spesso inutili, ci logora e ci separa da noi stessi, dalla nostra anima. A questo proposito, Boni cita un aneddoto illuminante. Una volta un gruppo di scienziati si recò in Africa per compiere alcune ricerche, e dovendosi inoltrare nella foresta, si procurarono in loco dei validi portatori per i loro bagagli e macchinari. Avevano scadenze rigide e quindi per alcuni giorni camminarono molto velocemente. Ma il quarto giorno, al momento di riprendere il cammino, i portatori rifiutarono di farlo e tutti i tentativi per farli muovere riuscirono vani. Passò la giornata, trascorse la notte e quando ormai gli scienziati avevano perso ogni speranza, inaspettatamente i portatori si fecero trovare pronti per partire. Alla domanda: «Cosa è successo? Perché prima no e ora sì?» Essi risposero: «Per giorni e giorni avete fatto correre i nostri corpi, e così le nostre anime sono rimaste indietro. Le abbiamo attese: ora sono arrivate. *Ora siamo nuovamente completi*. Possiamo ripartire». Una storia molto istruttiva per noi cosiddetti popoli civilizzati: anche noi dovremmo ogni tanto fermarci ad *aspettare le nostre anime* per poter vivere in equilibrio e armonia!

Come preparazione al morire, il prof. Boni offre alcuni suggerimenti,

- 1) «L'ultimo pensiero ed emozione sono di enorme impatto sul nostro immediato futuro dopo la soglia della morte». Ne abbiamo già accennato. Dovremmo tutti morire con un pensiero soltanto – la certezza e la splendida aspettativa di unirci a Dio.
- 2) «Non avere più attaccamenti (proprietà - amicizie – coniugi – figli - persone care – vita – ecc.)». Non avere attaccamenti, non significa non amare, significa piuttosto essere profondamente certi che amore non significa possesso. Infinite volte, troviamo negli Scritti bahá'í questo pressante invito al «distacco».

*Fa' che io gusti, o mio Signore, la divina dolcezza del Tuo ricordo e della Tua lode. Giuro per la Tua potenza! Chiunque ne gusta la dolcezza, si libererà da ogni attaccamento al mondo e a tutto ciò che è in esso e volgerà il viso verso di Te, purificato dal ricordo di ogni altro fuorché Te!*¹⁷

Dimentica tutto eccetto Me ed entra in comunione col Mio spirito. Quest'è parte dell'essenza del Mio comandamento: seguilo.

*Volgi il tuo viso verso il Mio e rinuncia a tutto fuorché a Me, poiché la Mia sovranità dura in eterno e il Mio dominio non perisce. Se cerchi altri invece di Me, dovessi tu frugare in eterno l'universo, vano sarebbe il tuo cercare!*¹⁸

- 3) «Sistemare i problemi irrisolti». Sarebbe bene cercare di risolvere sempre i contrasti con le altre persone, le difficoltà dei rapporti. Questo può avvenire in collaborazione con chi siamo stati in contrasto: ove ciò non fosse possibile, sforziamoci di chiarire, all'interno di noi, che per quanto ci riguarda abbiamo superato ogni onda di reazione ad azioni ricevute.

- 4) «Ricevere dai congiunti l'autorizzazione a morire e, soprattutto, dare a noi stessi la stessa

autorizzazione». Se in vita abbiamo lavorato per chiarirci le ragioni della morte e i suoi aspetti positivi, saremo in grado di accettare la nostra morte e quella di chi amiamo in qualunque modo essa avvenga. «Vi sono due tipi di accettazione – chiosa Boni - una passiva, che consiste nel vivere la morte come il peggiore dei mali, ma tuttavia inevitabile. Vorremmo cercare in tutti i modi di evitare la morte, perché la riteniamo la nostra peggior nemica, ma la natura reclama i suoi diritti e a questi dobbiamo piegarci. Moriremo dunque in una accettazione dolorosa. Il secondo tipo di accettazione è attivo. Abbiamo ormai consolidato all'interno di noi le ragioni profonde dell'esistenza della morte. Siamo assolutamente certi che la morte sia una benedizione per l'uomo, così come è stata la sua nascita. Il cammino evolutivo ha assolutamente bisogno dell'alternarsi di questi due momenti nel ciclo della vita. Saremo quindi contenti di essere nati, contenti di vivere, contenti di vivere a lungo, contenti di morire».¹⁹

5) «Essere assistiti, se possibile, da amici spirituali». Per quanto preparati, al momento della morte non sappiamo in che stato sarà la nostra mente e se saremo in grado di conservarla ferma sull'esperienza del trascendente. Saranno quindi di grande utilità i nostri eventuali amici spirituali che ci ricordino, momento dopo momento, di tener lontana la nostra mente da pensieri di attaccamenti o negatività, evitando alle nostre emozioni di prendere il sopravvento, alle nostre paure di guidarci fuori strada.

L'accompagnamento dei morenti

Sulla scia della sua esperienza di assistenza ai morenti, soprattutto malati terminali, il prof. Boni dedica un prezioso capitolo del suo libro a questo tema. Con una premessa importante: si può governare la paura del morente solo se si è sconfitta la propria paura, il che può avvenire soltanto se si è scoperto lo scopo della morte e quindi il suo aspetto positivo. «Si possono dare allora certezze e non speranze; energia e non forza; compassione e non pietà; unione e non partecipazione; conoscenza e non timore; sicurezza e non incertezza. Si può essere con il malato anche al di là delle parole, che in quei momenti dopo tutto servono assai poco, con il nostro silenzio, la quiete della nostra mente, con il nostro amore e la nostra compassione, con il tocco della nostra mano, perché il nostro silenzio, il nostro sorriso, il nostro sguardo, il nostro tocco saranno veicoli sufficienti per far passare al morente ciò di cui egli ha veramente bisogno e cioè una presenza che sconfigga la sua solitudine. Non una compagnia soltanto, ma un compagno di viaggio che conosce il cammino, che lo ha vissuto ormai all'interno della propria coscienza mille e mille volte nel silenzio profondo della sua consapevolezza illimitata. Solo in quella certezza, solo nell'assoluta convinzione che la morte, pur nel travaglio della più grande delle separazioni, si presenterà a noi come un momento di estrema positività, di grandi opportunità per straordinarie realizzazioni, solo in queste ricchezze, ormai scoperte e strutturate nei livelli più profondi della nostra coscienza, si potrà rivelare per intero tutta la nostra forza di amare.

Altrimenti, sia pur nel più meritevole degli atti, quello di assistere un essere umano mentre attraversa la soglia della morte, noi comunicheremo, sia pur inconsapevolmente, insieme al nostro amore, alla nostra partecipazione, alla nostra pietà, anche le nostre paure, le nostre incertezze, le nostre domande, le nostre debolezze».²⁰

Un altro aspetto importante dell'accompagnamento dei morenti è un gran senso di rispetto. Mai cercare di forzare, sia pure in buona fede, quelle che sono state le certezze e le credenze del morente, cercando di sostituirle con le nostre. Se egli è un credente in una certa religione, e chiede di morire con i suoi conforti religiosi, è nostro dovere fare di tutto per fornirglieli; in ogni modo, bisogna lasciarlo morire con le sue certezze e credenze, senza approfittare della debolezza del suo stato per *convertirlo* a quella che noi reputiamo essere per lui la via migliore. Anzi, «se il vostro vecchio nonno è stato un mangiapreti, dovrà morire da mangiapreti, e noi dovremmo essere così aperti, non solo nell'assecondarlo, ma anche nel credere fermamente che il Divino non opera né

discriminazioni né favoritismi. Lo accoglierà nella sua luce come il migliore degli esseri devoti».²¹

Un problema che può sorgere è l'irrequietezza del morente. È inutile cercare di operare con farmaci o con parole: quelli sono i momenti in cui la logica, il ragionamento e la dialettica non hanno più alcun effetto positivo. Si scoprirà allora, forse non senza meraviglia, che a funzionare sarà un suono, «Sc», proprio quel suono che le mamme usano con i loro bimbi ancora in culla per calmarli dalla loro agitazione o da qualche piccolo dolore: le parole non sarebbero state utili allora, non lo sono adesso. E se approfondissimo la funzione di questo «Sc», scopriremmo che questo suono, nelle lingue madri di tutti gli alfabeti, è sempre stato generatore di pace e quiete e non a caso: in sanscrito *pace* si dice *shanti* (leggi: scianti), in ebraico *shalom* (leggi: scialom), in aramaico, la lingua di Gesù, *hehusha* (leggi: esciuscià). Tutte queste parole nascono dalla radice «Sc», che ritroviamo in «Śiva», in «Yeshua» (il vero nome di Gesù), in «Krishna», in «Sciamano»: tutte incarnazioni della pace. E quindi questo suono, se soprattutto vi infonderemo tutto il nostro amore e il desiderio di suscitare pace e quiete, avrà un effetto positivo sul morente.

Al quale, inoltre, non dobbiamo mai dire bugie né sul suo stato di salute né su quanto tempo gli rimarrà da vivere. Il punto non è *se* dirgli la verità ma *come* dirgliela. Rendiamoci conto che il suo corpo, la sua mente, il suo inconscio *sanno* che la morte è vicina. Se gli mentiamo, lo mettiamo in un grande disagio e in uno stato di ambiguità dannoso, quello che gli psichiatri definiscono una situazione di «doppio messaggio»: da un lato gli viene detto qualcosa di rassicurante, dall'altro tutto il suo corpo gli urla il contrario. Lo scontro di questo doppio messaggio non può che creargli quello stato di confusione e agitazione che stiamo invece cercando di evitargli. Certo, la verità va detta non in modo brutale, com'è costume, purtroppo, di alcuni medici, ma nella maniera, più dolce e amorosa possibile, senza trascurare, quando ciò sia onestamente fattibile, di aggiungere che sì la sua malattia è molto grave ma che la medicina può sempre trovare un rimedio efficace.

Un'ultima annotazione non incongrua: se un membro della famiglia sta morendo, cosa dire ai bambini? Meglio dire la verità, con grande dolcezza, Non portate i bambini a credere che la morte sia qualcosa di insolito o di terribile. Fateli partecipare, per quanto è possibile, all'esperienza di un membro della famiglia vicino alla morte. «L'innocenza e i modi diretti dei bambini possono dare dolcezza, leggerezza e a volte umorismo al dolore del morire. Stimolateli a pregare per il morente, perché sentano che stanno facendo davvero qualcosa per dare aiuto. Dopo la morte, riservate ai bambini un'attenzione e un affetto particolari».²²

In ogni caso bisogna riconoscere, con la famosa psichiatra Elisabeth Kubler-Ross, che per molti aspetti la nostra società ha reso, oggi, il morire più spaventoso che nel passato, cioè più solitario, più meccanico, più disumanizzato. «Chiunque sia stato molto ammalato, può ricordare la sua esperienza: essere messo su una barella, il rumore assordante della sirena dell'ambulanza e la corsa precipitosa fino ai cancelli dell'ospedale. Considero il viaggio all'ospedale come il primo episodio del morire, come lo è per molti. Quando un paziente è seriamente ammalato, spesso è trattato come una persona che non abbia alcun diritto di avere un'opinione. È spesso qualcun altro che decide se e quando un paziente dovrebbe essere ricoverato in ospedale. Ci vorrebbe così poco a ricordare che la persona malata ha dei sentimenti, dei desideri e delle opinioni e soprattutto ha il diritto di essere ascoltato. Il malato all'ospedale sarà circondato da infermiere affaccendate, da inservienti, da studenti, assistenti, medici, forse da un tecnico di laboratorio che preleverà del sangue, da un tecnico dell'elettrocardiogramma che farà il cardiogramma. Forse lo porteranno in radiologia e sentirà pareri sulla sua condizione, discussioni e domande rivolte ai membri della sua famiglia. A poco a poco, ma inesorabilmente, si comincerà a trattarlo come una cosa. Non è più una persona. Spesso si prendono decisioni senza il suo parere. Egli può ben desiderare che una sola persona si fermi un minuto per poterle chiedere una cosa soltanto, ma avrà una dozzina di persone sempre intorno, tutte affaccendate e preoccupate del suo ritmo cardiaco, del polso, dell'elettrocardiogramma o delle funzioni polmonari, delle sue secrezioni o escrezioni, ma non di lui come essere umano. La nostra concentrazione sull'attrezzatura, sulla pressione del sangue è forse un disperato tentativo di rifiutare la morte che ci sovrasta ed essa è per noi tanto spaventosa e

sgradevole da indurci ad affidare tutto il nostro sapere alle macchine, in quanto sono meno vicine a noi del volto sofferente di un altro essere umano, che ci ricorderebbe una volta di più la nostra non-onnipotenza, i nostri limiti e fallimenti, e in fondo anche la nostra *mortalità?*». ²³

Cosa fare dopo la morte?

Il saggio del prof. Boni suggerisce alcuni punti importanti da tener presenti quando il nostro caro è morto.

1) «Lasciate il corpo il più tranquillo possibile». Il lettore interessato vada a leggersi nel libro in questione il capitolo dedicato a cosa succede in alcune fasi dopo la morte e scoprirà che la «morte clinica» non è in realtà ancora uno stato di morte e che il «morto» sta ancora completando il suo abbandono del corpo, nelle fasi della «dissoluzione esterna» e della «dissoluzione interna». È un momento estremamente delicato. Cercate, se ne avete la possibilità, di evitare nei primi tre giorni autopsie e interventi sul corpo dei vostri cari o dei vostri amici, soprattutto se il defunto non li ha autorizzati mentre era ancora in vita.

2) «Coprite il corpo con un lenzuolo». L'autore trova giustamente strana la consuetudine della nostra tradizione di esporre il cadavere alla cosiddetta «pietà» dei parenti, degli amici o addirittura di migliaia di persone (nel caso di personaggi famosi). Cerchiamo di essere compassionevoli e aver rispetto di questo corpo che si avvia, minuto dopo minuto, a deteriorarsi rapidamente anche nel suo aspetto esterno.

3) «Indirizzate gli amici anziché nella camera del morto, in altra camera». I visitatori vengono a esprimere condoglianze ai vivi e a manifestare amore per il defunto. Ebbene, tutto ciò può essere fatto fuori dalla stanza ove riposa il corpo, che è bene non disturbare con commenti, chicchere o anche solo pensieri negativi o comunque poco consoni alla situazione. È certo, ormai, che prima di avviarsi alla sua dimora, lo spirito del morto osserva e giudica tutto ciò che avviene intorno a lui; i suoi sensi sottili sono vigili e quindi egli può vedere e ascoltare tutto ciò che diciamo.

La luce di Dio

Dante, nel suo viaggio in Paradiso, man mano che attraversa i vari cieli, è colpito da una luce sempre più intensa:

Un punto vidi che raggiava lume
Acuto sì che il viso ch'elli affoca
Chiuder conviensi per lo forte acume.
Lume è lassù che visibil face
Lo Creator a quella creatura
Che solo in Lui veder ha la sua pace.²⁴

Tutti coloro che hanno avuto esperienze di premorte, hanno raccontato di aver visto una grande luce, da cui emanavano pace e amore incondizionato. È Dio che ci viene incontro. In questa fase della nostra morte, quella luce non solo ci attende e ci ha atteso da sempre, ma ci attrae a sé, come d'altronde ha cercato di fare per tutta la nostra vita. Bene chiosa il nostro autore: «Provate a pensare quanti richiami riceviamo ogni giorno, che ci spingono a unirci all'amore, alla bellezza, alla pienezza, alla gioia, alla beatitudine, all'onnipotenza, all'infinito. Pensate alla natura che ci circonda, all'armonia della sua evoluzione, alla forza del seme che diviene albero per generare ancora innumerevoli semi. Pensate all'acqua che evapora per divenir vapore, per ricondensarsi in

nube, per liquefarsi in pioggia o congelarsi in neve, per permettere la vita ad infinite forme vegetali, animali e umane. Pensate ai sentimenti che generano amore, che genera attrazione, che genera unione, che genera creazione, che genera nuovo amore. Pensate alla bellezza che ispira l'arte, che genera forme, che testimoniano la bellezza e la ispirano nuovamente all'interno dell'uomo, perché possa a sua volta generare nuova arte e quindi bellezza per tutti in un gioco universale. Pensate alla pienezza che genera quiete, che calma la mente, che riempie il cuore, che appaga e soddisfa pienamente e che ci apre nuovamente all'esperienza dell'illimitato. Dio illimitato si è messo nei limiti in una spinta verso la conoscenza della sua totalità, ma ha generato per il limitato infiniti richiami verso la sua natura. Questi richiami sono un'attrazione che prima o poi si manifesta, si rivela e ci riporterà a Lui».²⁵

Ma quella Luce, quel Dio illimitato, è già dentro di noi, durante il nostro terreno tragitto. Noi siamo già pure luce, siamo composti di luce eterna. Tutto è luce: e in questo gli scienziati e i mistici sono d'accordo: i fisici, infatti, affermano che la materia è composta di luce, gli elettroni, e i mistici *sanno che tutto è luce*. Tuttavia, l'uomo cerca sempre qualcosa al di fuori di lui e non di rado anche i teologi parlano di Dio come se fosse qualcosa assolutamente al di fuori di loro, qualcosa di distante, da raggiungere e da scoprire anziché una nostra realtà da riconoscere. Dio nella Sua essenza è certo irraggiungibile, ma Ne possiamo scoprire la luce dentro di noi, *forte, possente, sufficiente a tutto*, come recita la *Parola Celata* di Bahá'u'lláh citata in precedenza. Santi e illuminati di tutte le epoche e di tutte le tradizioni religiose hanno sperimentato e testimoniato questa presenza del divino in noi. Eccone due soli esempi.

Nuovamente ispirato da Te sono entrato in me stesso. Sotto la Tua guida sono entrato nell'intimità del mio cuore. L'ho potuto fare perché Tu sei diventato il mio aiuto. Entrai e vidi con l'occhio dell'anima, dovunque esso sia, una luce immutabile al di là del mio sguardo interiore e della mia intelligenza. Non era una luce che può essere vista sulla terra, che ognuno può osservare liberamente. Era una luce molto più forte di ogni altra mai vista e così intensa da penetrare ogni cosa. Era un'altra luce, molto differente dalla luce del mondo manifesto. Era la luce che mi aveva creato. Chi conosce la Verità vede questa luce (*Sant'Agostino*).

La luce che risplende poi al di là del cielo, oltre ogni cosa, oltre tutto, nei mondi supremi, insuperabili, in verità è quella stessa luce che è dentro all'uomo (*Chandogya Upanishad*).

Riguardo all'*occhio dell'anima* di cui parla Agostino e con il quale è possibile scorgere la luce divina dentro di noi, ne troviamo un'eco perfino in Platone («Vi è un occhio dell'anima che è molto più prezioso di diecimila occhi del corpo, perché con quello si vede la verità» [*Repubblica*]), ma anche nel Vangelo di Matteo (6, 22), in San Paolo, chiarissimo in Plotino («Dovete chiudere gli occhi e risvegliare in voi stessi un altro potere di visione, un diritto di nascita di tutti, ma che ben pochi usano») e financo in un antico papiro egiziano, il *Papiro di Nu*. In una *Parola Celata* di Bahá'u'lláh si legge:

*O uomo dalle due visioni! Chiudi uno dei tuoi occhi e apri l'altro. Chiudi l'uno al mondo e a tutto ciò che è in esso, e apri l'altro alla santa bellezza del Diletto.*²⁶

In questa prospettiva, il prof. Boni ha tutte le ragioni per affermare che possiamo accettare la totalità dell'esistenza «con un coraggio forte, determinato, sicuro ed una gioia che abbraccia ogni manifestazione. Possiamo allora camminare con passo sicuro, certo, senza dubbi o tentennamenti, verso l'opera che ci è stata assegnata, che ha per destinazione la perfezione, la luce, la pienezza divina. Questa è la visione del Dio trascendente e luminoso, la realtà formidabile, infinita, incommensurabile, che si cela dietro alle apparenze, questa forma universale senza limiti, che trascende ogni forma individuale. Questa è la visione che noi avremo quando, lasciato l'abito, il

corpo, ma anche i nostri schemi mentali, la mente, l'intelletto, la memoria, i sensi interni, gli attaccamenti, le nostre zone oscure, le nostre aspettative, le nostre fantasie, ci immergeremo nell'Unica Realtà, nella Presenza infinita, nel suo splendore senza veli, nella potenza universale, nella luce che tutto illumina. Allora avremo una visione sublime, infinitamente armonica, dove tutto è accolto, tutto valorizzato, tutto accettato in un amore infinito, in una compassione illimitata e rassicurante».²⁷

Alla spontanea e insieme spinosa domanda che sorge a questo punto: la vediamo tutti quella luce al momento della morte? Boni risponde, confortato, come egli stesso attesta, dalle Scritture delle varie tradizioni religiose: sì, la vediamo tutti quella luce. E in effetti, lo confermano tutti coloro che hanno avuto esperienza di premorte, anche i più alieni da qualsiasi impegno spirituale. Alla seconda domanda: la riconosciamo tutti quella luce per quello che è, cioè il Divino Trascendente? Il nostro autore risponde che coloro la cui vita è stata tutta impostata su una visione materialistica, una visione dunque grossolana, superficiale, densa e oscura, senza mai provare un impulso di conoscenza più profondo, un anelito a una maggior consapevolezza, una volta lasciato il mondo sono ovviamente impediti dalla loro limitata esperienza a riconoscere il Divino nella sua forma più pura, anche per un senso di paura dell'ignoto, di qualcosa che è a loro del tutto sconosciuto. Ma Dio comunque offre poi ulteriori possibilità di riconoscerLo (nella Fede bahá'í si parla di progresso dell'anima in tutti i *mondi* di Dio).

Coloro che invece hanno conosciuto nella loro vita l'unione con il Divino, cioè con la loro vera natura, dopo la morte si uniscono alla Luce, proprio come l'acqua di un fiume si fonde nell'oceano, o, con una meravigliosa e incisiva metafora, come lo spazio interno di un vaso si fonde nello spazio esterno, quando il vaso si è rotto!

Anche in vita, dunque, è possibile conseguire esperienze di tal genere di fusione con il Divino, anzi è questa la mèta della vita, «*conoscere e adorare*» Dio.²⁸ Nelle *Sette Valli Bahá'u'lláh* scrive che il ricercatore, adempite certe condizioni, «*spezza i ceppi del corpo e delle passioni e prende dimestichezza con la gente del regno immortale. Ascende le scale dell'intima Verità e si affretta verso il cielo del significato recondito [...] Costoro hanno sorpassato i mondi dei nomi e sono fuggiti al di là dei mondi degli attributi, veloci come il baleno [...] e hanno fissato la loro dimora all'ombra dell'Essenza*».²⁹ Quando si ha anche solo per una volta un tal genere di esperienza, si capiscono assai bene queste parole di Kierkegaard: «Ecco cosa è importante nella vita: aver visto una volta qualcosa, aver sentito una cosa tanto magnifica che ogni altra sia un nulla al suo confronto e anche se si dimenticasse tutto il resto, quella non la si dimenticherebbe mai».

Un mistico, ha scritto Thomas Merton, il più celebre monaco di clausura cattolico del XX secolo, «non ha nulla da offrirti se non dirti che se oserai penetrare il tuo proprio silenzio e oserai avanzare senza paura nella solitudine del tuo cuore, [...] allora attraverso te e in te ritroverai veramente la luce e la capacità di capire ciò che va oltre le parole e le spiegazioni, perché Dio è troppo vicino per poter essere spiegato». E aggiungeva, rivolgendosi a Dio in modo umanamente struggente: «Però, fin dove debbo andare per trovare Te in cui già sono giunto!»³⁰

Per concludere, la luce che illumina il mondo, la luce che è dentro di noi, che è *noi*, è la stessa luce che incontreremo dopo la nostra morte. Coloro che hanno sperimentato lo stato di premorte, hanno raccontato che man mano che si avvicinavano a questa luce si sentivano circondati dall'amore più grande, indescrivibile e incondizionato che avessero mai potuto immaginare. E allora affidiamo le considerazioni finali a queste parole di Elisabeth Kubler-Ross:

Dio è amore incondizionato. Durante il riesame della nostra vita terrena sapremo che non è Dio che è da biasimare per il nostro destino, ma saremo ben consci che proprio noi siamo stati i peggiori nemici di noi stessi, ci accuseremo di aver trascurato tante opportunità di crescere. Capiremo che tanto tempo fa, quando la nostra casa bruciò o quando morì il nostro bambino, quando nostro marito si ferì, o noi stessi avemmo un attacco di cuore, tutti quei durissimi colpi del destino altro non erano se non possibilità di crescere, di crescere in comprensione, di crescere in amore, di crescere in tutte quelle cose che dovevamo imparare.³¹

Crescere, dunque, per non dilapidare inutilmente le nostre forze, per non rinunciare alla miracolosa possibilità che ci dà questa vita, e cioè di scoprire la nostra vera essenza: infatti, che cosa avremo imparato se, al momento della morte, non sapremo chi siamo davvero? Chiedeva a noi tutti Maestro Eckhart: «Oh anima nobile! Esci da te così tanto da non dover più tornare ed entra in Dio così profondamente da non poterne più uscire».

Si racconta che un giorno lo stesso Eckhart andò in un bosco e sedette sotto un albero. Anche alcuni suoi amici erano andati a fare una passeggiata in quel bosco e quando videro che il monaco era solo gli si accostarono: «Amico, ti abbiamo visto qui solo, così abbiamo pensato di venirti a fare compagnia». Al che egli rispose con grande dolcezza: «Amici, finora ero con Dio; il vostro arrivo mi ha fatto sentire solo»!

Luigi Zuffada

NOTE

1. Claudio Risè, *Felicità, istruzioni per l'uso*, in "Il Giornale", 2 marzo 2008. Cfr. anche Darrin M. McMahon, *Storia della felicità. Dall'antichità a oggi*, Garzanti, 2008.
2. Osho, *La voce del mistero*, Oscar Mondadori, 2002.
3. *Ibidem*, p. 65.
4. In Cesare Boni, *Dove va l'anima dopo la morte*. [d'ora in avanti citato come Cesare Boni].
5. Cesare Boni, p. 39.
6. Bahá'u'lláh, *Le Parole Celate*, p. 45.
7. In *Spigolature dagli Scritti di Bahá'u'lláh*, LXXXI, p. 154.
8. Cesare Boni, p. 26.
9. Chagdud Tulku Rinpoche, *Life in relation to death*, cit. in Cesare Boni, p. 27.
10. Uways al-Qarani-Sufi, cit. in Cesare Boni, p. 29.
11. Cit., *ibidem*, p. 66.
12. *Le Parole Celate*, cit p. 26.
13. Cesare Boni, p. 67.
14. Cit., *ibidem*, pp. 86-87, 95.
15. *Ibidem*, pp. 68-69.
16. Bahá'u'lláh, *Le Sette Valli e le Quattro Valli*, p. 48.
17. Bahá'u'lláh, *Preghiere e Meditazioni*, pp. 76-77.
18. *Le Parole Celate*, cit. pp. 29, 28.
19. Cesare Boni, p. 130.
20. *Ibidem*, pp. 136-137.
21. Cesare Boni, p. 131.
22. Sogyal Rinpoche, *Il Libro Tibetano del vivere e del morire*, p. 177.
23. Elisabeth Kubler-Ross, *La morte e il morire*, pp. 16-18.
24. Dante, *Paradiso*, XXVIII, 16-18 e XXX, 100-102.
25. Cesare Boni, p. 202.
26. *Le Parole Celate*, cit .p. 98.
27. Cesare Boni, pp. 200-201.
28. Bahá'u'lláh, in *Preghiere Bahá'í*, p. 5
29. *Le Sette Valli*, cit., pp. 25, 28.
30. Cit. in Antonio Montanari, *Un viandante di Regni. Thomas Merton*, pp. 84 e 44.
31. Elisabeth Kubler-Ross, *La morte e la vita dopo la morte*, p. 26.

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

- Abbè Pierre, *Che cos'è la vita*, Ed. Piemme.
- Agostino, san, *Il maestro interiore*, Ed. Paoline, 1987.
- Agostino, san, *Le Confessioni*, Oscar Mondadori, 1984.
- Al Gazali, *Le perle del Corano*, Ed. Bur, 2000.
- Ambrogio, san, *Il bene della morte*, Ed. Il Leone Verde, 1999.
- Aries, Philippe, *Storia della morte in occidente*, Rizzoli Bur, 1998.
- Bahá'u'lláh, *Le Parole Celate*, Casa Editrice Bahá'í, 1983.
- Bahá'u'lláh, *Le Sette Valli e le Quattro Valli*, Casa Editrice Bahá'í.
- Bahá'u'lláh, *Preghiere e Meditazioni*, Casa Editrice Bahá'í, 2002.
- Bahá'u'lláh, *Spigolature dagli Scritti*, Casa Editrice Bahá'í, 2003.
- Barnard, Paolo, *Aiutatemi a morire*, Ed. Interlinea, 1999.
- Boni, Cesare, *Dove va l'anima dopo, la morte*, Amrita Edizioni, Torino 2008.
- Braden, Gregg, *La scienza perduta della preghiera*, Macro Edizioni, 2007.
- Chagdud Tulku Rinpoche, *Life in relation to death*, Ed. Padma Publ., 2000.
- Confucio, *I dialoghi, la grande dottrina, il giusto mezzo*, Ed. Fabbri, 1997.
- Dalai Lama, *Il sonno, il sogno, la morte*, Ed. Neri Pozza, 2000.
- De Hennezel, Marie; Leloup, Yean-Yves, *Il passaggio luminoso*, Rizzoli, 1998.
- De Hennezel, Marie, *La morte amica*, Rizzoli, 1997.
- Ernst, CARL, *Il grande libro della sapienza sufi*, Oscar Mondadori, 2000.
- Kirpal, Sing, *Il mistero della morte*, Ed. Mediterranee, 1994.
- Kubler-Ross, Elisabeth, *Domande e risposte sulla morte*, Ed. Red, 1996.
- Kubler-Ross, Elisabeth, *La morte e il morire*, Cittadella Editrice, 1988.
- Kubler-Ross, Elisabeth, *La morte e la vita dopo la morte*, Ed. Mediterranee, 2001.
- Labro, Philippe, *La Traversata. Oltre le porte dell'aldilà*, Mondadori, 1998.
- Lama Lodo, *Insegnamenti sul bardo*, Ubaldini, 1996.
- Mailer, Norman, *Il Vangelo secondo il figlio*, Baldini e Castoldi, 1997.
- Merton, Thomas, *Semi di contemplazione*, Garzanti, 1995.
- Montanari, Antonio, *Un viandante di Regni. Thomas Merton*, Abbazia di san Benedetto, Seregno, 2007.
- Osho, *La morte, la grande finzione*, News Services Corporation, 1997.
- Osho, *La voce del mistero*, Oscar Mondadori, 2002.
- Palamidessi, Tommaso, *Il libro cristiano dei morti*, Ed. Arkeios, 1985.
- Rech, Roland, *Noi siamo Buddha*, Oscar Mondadori, 1997.
- Sogyal Rinpoche, *Il libro tibetano del vivere e del morire*, Ubaldini, 1994.
- Swami Muktananda, *I am that*, Syda Foundation, Oakland, California, 1978.
- Tao Te Ching, *Il libro della vita e della morte*, Fabbri, 1997.
- Vannucci, Giovanni, *La vita senza fine*, Servitium Editrice, 1991.
- Viorst, Judith, *Distacchi*, Frassinelli 1987.