



**Rosella
De Leonibus**

L'immagine del naufragio è molto potente nell'immaginario umano. Rimanda a sensazioni drammatiche e impotenti di perdita, di sconfitta. Rimanda all'irrompere, improvviso, di eventi impensati e impensabili o, al contrario, al manifestarsi subdolo e inevitabile di qualcosa che sì, avevamo temuto, ma avremmo voluto tenere ai margini della coscienza, fuori da ciò di cui prendere esatta consapevolezza. Altre volte il naufragio rinvia a un'idea di indegnità, di colpa, o di inadeguatezza, di inconsistenza, che avvolge di ombre malefiche l'immagine di se stessi.

Inermi. In un attimo si precipita dal benessere all'abisso. E si fa fatica ad accettare che sia proprio vero, esattamente vero. Se il naufragio è lento, è perché la falla che si è aperta (qui vediamo all'opera tutta la potenza delle metafore) è tutto sommato piccola, non vistosa, e neppure sembra pericolosa, tanto che potremmo lasciarla inosservata. Ma intanto la barca si appesantisce e diventa ingovernabile.

Il naufragio, ogni naufragio, vicino o lontano, ogni volta ci pone davanti alla reale precarietà di ogni base, di ogni assetto che ci fossimo abituati a dare per scontato, e ci ricolloca crudamente davanti all'idea di rischio, quel demone che pretenderemmo di padroneggiare con un pizzico di sicumera, e che invece richiede profonda e umile attenzione. Succede, nel naufragio, ciò che non dovrebbe accadere. Succede che ciascuno di noi, in quanto essere umano, incontra ed è costretto a misurarsi con la pro-

pria pochezza, la propria condizione di creatura sostanzialmente inerme, sballottata dal mare della vita. Lo stesso mare che col suo fascino ha attivato il senso dell'avventura, lo stesso mare che ci si era illusi di poter dominare senza troppa fatica, adesso ridistribuisce le carte e scopre quella del pericolo, quella dell'insicurezza, quella della perdita.

le cose perdute

Perdita e spoliazione. Durante il naufragio si cerca di recuperare in ogni modo qualcosa, qualche pezzo di quel che ci sembra irrinunciabile, di conservare un bene, una situazione, una condizione che avevamo raggiunto. Sempre, prima di capire che non si può più, ci si attacca a qualcosa di cui ci sembra di avere ancora bisogno. Qualcosa che subito saremo costretti a mollare, se vogliamo salvarci, qualcosa che, fuori dalla condizione precedente, mostra perfino una certa ridicola inadeguatezza rispetto alla nuova condizione di naufraghi. E dopo, solo dopo aver visto la nave affondare, si fanno i conti. Le cose ormai perdute, che sembrano d'improvviso lontane. Guardate dalla riva su cui, fortunatamente, siamo approdati, sembrano più piccole e più insignificanti: ora non sapremmo neppure che farne, e se anche le avessimo, ci troveremmo ad utilizzarle diversamente, perché la nostra vita intanto è già in un altro capitolo. Capita, ai naufraghi, di indugiare a guardare la nave, di tentare di tornarci sopra, di provare nostalgia per quel tempo in cui tutto sembrava filare liscio, leggero, un po' friz-



I VOLTI DEL DISAGIO

i semi del disagio

zante, talvolta. Capita anche di vedere meglio, dal nuovo punto di vista, ciò che prima non era visibile, o non si voleva vedere. È amara questa vista. Lascia una traccia di dolore durevole. Non si deve, no, non si deve mai cancellarla subito, come invece si sarebbe tentati di fare per non trovarsi con addosso la somma di paura e dolore. Guardare, guardare bene, invece, con gli occhi asciutti, tutte le parti e l'insieme poi ancora l'insieme e il contesto da cui proviene, e poi ancora le parti e il movimento reciproco che le parti hanno svolto. Contiene molte verità questa vista, e altrettanti insegnamenti.

non più, non ancora

C'è un tempo sospeso dopo il naufragio. Un tempo in cui nella mente si deve creare lo spazio per accogliere l'evento, e rendere reale ai propri occhi l'attuale condizione. Sarà tanto più lungo quanto più si farà resistenza dentro di sé. Avrà bisogno che si resti interiormente fermi, questo tempo, in modo da poter considerare i nuovi punti di riferimento e orientarsi in base ad essi.

Il tempo dell'incredulità, da cui emerge la paura, e da essa l'istinto di sopravvivenza, e poi il tempo della spoliazione, da cui emerge lo sgomento e poi l'accettazione della perdita, dove ancora, per tanto o per poco, si lotta e si piange, e poi il tempo necessario per fare il punto, costruire nuove coordinate. Sono qui, non dove avrei dovuto essere, né dove avrei desiderato essere. Proprio qui e non dove ero. Che mi piaccia o no, è questa la storia. Scorre sulla linea del-

la risacca, questo tempo, in questa zona indistinta tra il mare di prima e la terra di adesso, si rivolta e ripete il rovesciamento, tante volte quanto basterà a consumare le illusioni, esattamente come l'onda sulla riva, che mescola passato e futuro, ciò che non è più e ciò che non è ancora.

Solo a questo punto il naufragio può mostrare i semi del nuovo che così drammaticamente ha gettato sul terreno, insieme con noi e coi relitti delle cose che ci erano appartenute. Sembrano insignificanti, questi semi. Se non si presta loro attenzione adesso, si rischia di non trovarli più.

Sono semi sconosciuti, il più delle volte, qualcosa che non appartiene al già vissuto. In quanto semi, sono diversi dalla pianta che diventeranno. Riconoscerli, raccogliarli, tenerli in mano e riporli con cura, anche se non si sa esattamente che forma prenderanno: rinasce così il primo germoglio della fiducia del futuro. Nel guardare con attenzione queste cose che sembrerebbero insignificanti, nell'aprire la mano per contenerle, proteggerle dalla dissipazione e, finalmente, lasciare alle spalle il relitto ormai inservibile, allontanarsi qualche passo dalla linea della risacca, volgere lo sguardo verso la nuova terra in cui si è approdati, e cominciare, vigili, ad inoltrarsi.

la nuova terra

Adesso bisogna fidarsi dei piedi, stare in piedi, procedere a piedi, stare attenti a non scivolare, prudenza e avanti. E fidarsi degli occhi, muoverli spesso, giù, su, di là, di qua,

I VOLTI DEL DISAGIO

misurare il dove e il come, il terreno e lo spazio davanti. Cercare un posto per sostare, con quel poco che troviamo per strada allestire un campo base, anche provvisorio, dove poter raccogliere le forze, respirare, sentirsi un po' meno esposti. La notte non ci sorprenderà di nuovo inermi, avremo preparato in tempo un bivacco. Minimo e precario, per adesso, ma essere vivi finalmente ci appare come il miracolo che è, ed è abbastanza per ora. Si può anche riposare. Ad uno dei prossimi risvegli, tra poco o più in là, dipende da quanto riusciremo a distaccarci dalle cose perdute, arriverà una sensazione evidente, chiara: io ci sono, la mia persona c'è, intera, ci sono io con me stesso/a, ho perduto questo e quello, ho dovuto abbandonare quell'altro, mi è stato strappato, rubato quell'altro ancora. Ho subito l'inganno, il tradimento, l'illusione e la delusione, vedo dove ho sbagliato e vedo che sono responsabile delle conseguenze. Ma io ci sono ancora. È una sensazione inconfondibile, come se la pelle psichica ferita e dolente si riparasse, si ricucisse ben bene, e tornasse tesa ed aderente intorno al sé. Come se tra la propria persona e il mondo esterno si formasse di nuovo un confine, un filtro, quella protezione che ci permette di pensare, di scegliere, tornare ad essere protagonisti e capitani della vita, non più relitti in balia degli eventi, non più scialuppe senza timone smarrite nelle tempeste. Arriva a compiersi talvolta in una sola notte questa ricucitura, anche se nel profondo di noi stessi è cominciata, in silenzio, molto prima, esattamente nell'istante in cui abbiamo riconosciuto i semi e poi abbiamo abbandonato la sosta sulla battigia.

Viene poi il tempo dell'esplorazione. Nuove risorse si manifestano in questo nuovo ambiente, quelle fuori di noi, che non sempre riconosceremo prontamente, diverse come sono da quelle cui eravamo abituati. È preziosa la curiosità, adesso, e i cauti assaggi, l'attento accorgersi di ogni segno, e fare parecchie soste nel sentimento della meraviglia, per fare spazio nell'animo a quel che fa spalancare gli occhi e la mente, fa alzare la testa e mette in moto i pensieri verso il fuori.

attesa e riparazione

Viene, insieme, il tempo della riflessione, per fare l'inventario di ciò che sono, proprio adesso, di cosa porto esattamente dentro di me come bagaglio di vita e di competenze, di cosa vorrei ancora incontrare e di cosa vorrei ancora intraprendere, un gioco

della verità con me stesso/a davanti ad uno specchio terso. Un checkup esatto delle risorse interiori di cui dispongo, l'energia vitale che mi resta, e come posso nutrirla, il prezzo che ho pagato per i miei errori e l'apprendimento che ne traggo.

Arriva il momento di cercare un buon terreno per i semi del naufragio. Devo scegliere e prepararlo con cura, vegliare e osservare, per cogliere il momento giusto, e adesso, con un gesto che dalla notte dei tempi racconta la fiducia nella vita che rinasce dal buio, lasciare che le mie mani si aprano, che la mia speranza sia così lungimirante da lasciare che l'unico residuo buono del naufragio possa uscire dal suo letargo protetto, possa vivere, trasformarsi e mettere radici, fuori del mio controllo e del mio possesso.

Il tempo dell'attesa è carico di sospensione. È il secondo round del lasciar andare. Il primo si era consumato già, quando ho accettato che il naufragio fosse avvenuto, proprio davvero davvero. È stato un lasciar andare carico di dolore e sentimenti di perdita, rabbia, colpa, vergogna, disordine e sconfitta. Questo secondo lasciar andare è diverso. C'è l'attesa di ciò che verrà, c'è dentro la cura attenta di cosa accade, qui fuori, mentre nel buio della terra si compie la trasformazione. Ci sarà la sorpresa, anche, e l'accogliere ciò che si manifesterà, adattandosi ad esso.

Intanto si può riprendere in mano dentro di sé un filo prezioso, quello narrativo. Nel tempo dell'attesa, dopo il secondo round del lasciar andare, è appropriato preparare la seconda edizione anche per il racconto di ciò che è avvenuto, il racconto di come e cosa mi ha portato fin qua.

Il primo tempo si era svolto mentre avevo accettato di sentire fino in fondo la scia di dolore che inevitabilmente saliva in me quando avevo nello sguardo la nave che stava affondando. Tutto quello a cui, allora, non ho rifiutato l'accesso alla mia consapevolezza, adesso mi rende il secondo racconto più fluido e lieve. Dalla distanza del distacco avvenuto, dalla distanza della fiducia che rinasce, è ora il momento di riprendere un nuova narrazione, che includa il me di adesso, la trasformazione che sta maturando, e la pacificazione con le mie colpe, con quelle altrui, col male che esiste e colpisce senza riguardo, con la mia storia. Proprio quando questa seconda narrazione sarà compiuta, l'attesa sarà esattamente terminata, e i semi del naufragio saranno germogliati.

Rosella De Leonibus

della stessa Autrice

**PSICOLOGIA
DEL
QUOTIDIANO**
pp. 168 - € 20,00

**COSE
DA GRANDI**
nodi e snodi
dall'adolescenza
all'età adulta
pp. 176 - € 20,00

**PIANETA
COPPIA**
così vicini
così lontani
pp. 264 - € 18,50

(vedi Indici
in RoccaLibri
www.rocca.cittadella.org)

per i lettori di Rocca
€ 15,00 ciascuno
spedizione compresa

richiedere a
Rocca - Cittadella
06081 Assisi
e-mail
rocca.abb@cittadella.org