

Il mistero dell'ultimo viaggio di p. Arnaldo Pangrazzi

Il celebre scrittore russo Vladimir Nabokov commentava che se “ *la vita è una grande sorpresa, non vedo perché la morte non potrebbe esserne una anche più grande*” .

Tutta la nostra esistenza, dal luogo dove siamo nati alle esperienze e relazioni che hanno colorato la nostra storia, costituisce un grande mistero.

Un grande mistero riguarda anche il fine vita di ognuno. Se il proprio morire è anticipato da una malattia cronica o terminale si può radiografare una dinamica o un' *interazione tra il ventaglio di paure e l'orizzonte di speranze* che sperimentano i protagonisti. Sia le paura che la speranza rappresentano due tasselli fondamentali che rendono umani e spirituali i morenti e i loro familiari.

La paura è un sentimento che scaturisce dal contatto con la propria creaturalità, i propri limiti, l'incertezza del domani, l'inquietudine di non aver controllo sulle cose, la preoccupazione per ciò che resta incompiuto o irrisolto.

La speranza è la risorsa che aiuta a contrastare la paura, crea ponti con il futuro, prospetta luci all'orizzonte, aiuta a lottare, si nutre di piccoli o grandi obiettivi, rincuora lo spirito.

I diversi volti della paura

La paura ha diversi sfumature e sembianze, alcune più tenui, altre più intense che includono: il timore, la confusione, l'ansietà, lo smarrimento, l'angoscia, il terrore.

Allo stesso tempo, la paura è un vissuto interno che può favorire la riflessione e l'introspezione, schiudere alla trascendenza, tradursi in preghiera o in un fiducioso abbandono a Dio.

L'aggravarsi di una malattia grave o l'approssimarsi della morte suscita nei protagonisti un ventaglio di paure, di diversa natura e spessore, che si possono collocare attorno ai tre tempi della vita:

✓ Paure legate al passato:

Talvolta i malati gravi manifestano dispiacere per un passato a cui non si può rimediare, rammarico per le opportunità perdute, insoddisfazione per gli appuntamenti mancati nella vita, amarezza per errori commessi, cose fatte o non fatte. La paura è di non aver vissuto nel modo migliore, di lasciare disappunti e ferite

nel ricordo dei superstiti, di non sentirsi in pace con se stessi, con gli altri o con Dio. E' una forma di paura intrisa di colpa per l'incompiutezza della propria storia, la percezione di fallimento e la consapevolezza che non c'è più tempo per rimediare.

✓ *Paure legate al presente:*

Le preoccupazioni legate al presente includono il timore di essere considerato più come patologia che come persona, il distacco dalle persone care e dagli ambienti conosciuti, il sentirsi di peso ai familiari, la crescente percezione di fragilità dinanzi all'inarrestabile processo di degrado fisico, la dipendenza dai farmaci e dall'aiuto degli altri, il senso di prostrazione e impotenza, l'angoscia di una logorante attesa, la sensazione dell'inutilità del soffrire.

✓ *Paure legate al futuro:*

Il graduale peggioramento della propria condizione fa emergere paure legate al domani, quali: la preoccupazione di perdere il controllo mentale e / o fisico, il disagio per le difficoltà pratiche causate alla famiglia, l'angoscia di morire soli o in un'istituzione, la preoccupazione per chi resta, il timore del giudizio di Dio, la morte come fine di tutto, la disperazione.

Le paure hanno bisogno di essere accolte, comprese e accompagnate, non giudicate o negate.

Non ci sono formule magiche o preconfezionate per dissipare le diverse paure che abitano le persone. Ognuno è chiamato a trovare i farmaci che lo aiutano a lenire il peso delle paure.

C'è chi le allevia ricorrendo alla preghiera e alla meditazione, chi trae beneficio dal condividerle con altri disposti ad ascoltarlo, chi le mitiga attraverso lo yoga o la respirazione, chi le dissolve attraverso benefiche letture, chi le offre a Dio nel silenzio..

In genere, la paura si ridimensiona attraverso il potenziamento della speranza.

I diversi volti della speranza

Anche la speranza, come la paura, si presenta sotto una varietà di espressioni, che si possono raggruppare attorno a tre nuclei principali: le speranze *mediche*, *umane* e *spirituali*.

La maggior parte delle persone privilegia l'attenzione all'orizzonte delle **speranze mediche** miranti alla guarigione fisica. Costoro si affidano ai progressi della scienza, alla disponibilità di nuovi farmaci e terapie, alla fiducia nei medici o nelle medicine alternative, ai viaggi di speranza.

Altri coltivano maggiormente le **speranze umane** legate alla voglia di vivere e al bisogno di una comunicazione aperta con i propri cari ed amici. Costoro cercano di far tesoro del tempo per realizzare desideri, stabilire traguardi verso cui dirigere le proprie energie, quali vivere finché si potrà vedere e abbracciare il primo nipotino, celebrare un altro Natale in famiglia, poter essere presente al matrimonio della figlia, finire un progetto. Allo stesso tempo, costoro non rinunciano al diritto di esprimere le ultime volontà o di poter congedarsi e dire addio ai propri cari.

Altri ancora fanno maggiormente appello alle **speranze spirituali**, che abbracciano il rapporto con Dio, la scoperta del trascendente nel quotidiano, la fede nell'aldilà. Costoro maturano le virtù nell'avversità, vivono l'esperienza del perdono e della riconciliazione con il proprio passato, si affidano alla misericordia di Dio e trasmettono serenità nell'attesa.

Un viaggio dal tempo all'eternità

Anche se ogni viaggio di chi si appresta a lasciare questo mondo è lastricato di difficoltà, interrogativi e insicurezze, la mappa di opzioni nel viverlo con dignità dipende dal contatto del morente con le proprie risorse interiori.

L'angoscia del morire si supera collocando la propria vita al di là di se stessi.

Per alcuni il senso d'immortalità si realizza nella continuità della specie, attraverso i figli o i nipoti. Per altri la propria continuità si trasmette attraverso un'opera d'arte, la realizzazione di un progetto, l'eredità materiale o morale lasciata dietro di sé.

Per altri ancora l'immortalità è legata alla certezza dell'indistruttibilità dello spirito, alle promesse della fede "Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me vivrà"..

Per chi crede, la morte è vissuta come un passaggio verso la nuova vita dove si potranno riabbracciare i propri cari e vivere la comunione piena con Dio.

Arnaldo Pangrazzi, camilliano