

Riccardo Fesce (*)

*Ninetta bella, morire di maggio
ci vuole tanto, troppo coraggio* diceva giustamente De
André nella “Guerra di Piero”.

Giustamente? certo: chi non capisce, chi non sarebbe
d'accordo?

Ma, al solito, è la poesia a fare la magia.

Perché, strettamente parlando, è una stupidaggine
insensata: coraggio, si muore anche senza;
e se ce ne vuole, perché più a maggio che a novembre?
Eppure sì.

Guerra, pestilenza, tra dolore e morte, la sera con la
pioggia, senza luna, la terra brulla e grigia, i rami
morti... forse sì, così la morte, la perdita, la
mutilazione, la sofferenza, il dolore divengono più tollerabili, paiono inevitabili.

Come si può, invece, accettarli quando il sole splende e dà colore ai prati, la brezza canta tra le foglie
verdi e tenere, la natura tutta promette nuova vita e risveglia ogni speranza di crescere e rifiorire, di
rinascere?

E come si può parlare di *rinascere* e rifiorire proprio ora, a dicembre, tra uragani e inondazioni, guerre
infinite, debiti pubblici fallimenti e disoccupazione, crisi senza speranza, giovani che non vedono
futuro?

La Natura, la vita, inscenano attorno a noi un continuo spettacolo che re-inizia ogni giorno dopo il
calo del sipario; da sempre, tutto intorno a noi muore e poi rinasce, nuovo e sempre diverso.

Non è strano che in fondo l'uomo mai si sia rassegnato alla morte come evento definitivo, senza ritorno:
anima eterna, vite ultraterrene, metempsicosi...

D'altronde, come si può immaginare la coscienza che si spegne, l'anima che smette di guardare, capire,
gioire e soffrire, che non si risveglia ogni mattina per sognare, per amare?

La vita è uno strano trucco, un geniale gioco meraviglioso. Equilibrio fittizio, precario, che si mantiene
e riproduce nella sua apparente stabilità e nel suo lento cambiare.

Secondo la Fisica, ogni situazione di non-equilibrio è energia, pronta da usare, sia che si tratti di corpi a
diversa temperatura o pressione, o di oggetti sollevati da terra, o ancora di atomi che si trovano
scomodi nell'assetto di una molecola. E le leggi della fisica sono inesorabili: finché un sistema è
stabile, bene, ma se lo incrina, e gli permetti di muoversi verso l'equilibrio, si avvierà inesorabilmente in
quella direzione. Nel farlo, potrà cambiare qualcosa fuori di sé, creare o ristabilire altri squilibri,
produrre lavoro, ma nel complesso l'energia disponibile dovrà ridursi, il risultato dovrà essere più
vicino all'equilibrio, meno ordinato. Parte dell'energia si sarà inevitabilmente riversata nell'aumentare
il disordinato agitarsi di elettroni, atomi, molecole, ciò che chiamiamo calore.

Mettete un sole a illuminare un pianeta senza vita, inondandolo di luce e di calore: questo si scalderà
finché la quantità di calore che disperde nello spazio sarà uguale a quella che assorbe dal sole. Ma se
c'è una pianta, sul pianeta, questa saprà usare parte dell'energia che arriva dal sole per combinare
elementi stabili, come acqua e anidride carbonica, in composti in cui gli atomi stanno meno comodi –
glucosio, proteine e altre molecole complesse – che a loro volta possono combinarsi o cedere energia
per permettere alla pianta di crescere, di rinnovare continuamente i suoi componenti, i suoi ordinati
processi biochimici e fisiologici e i suoi disequilibri, e di riprodursi. Risultato: meno calore e più



disequilibri complessi, ordinati, continuamente rinnovati; più *vita*.

L'evoluzione è un meccanismo affascinante, che la vita ha saputo inventare per mai esaurirsi. Perseguire il disegno di un organismo perfetto e perpetuo sarebbe stato vano, e stupido: quanta energia, dal sole, si sarebbe persa nel riscaldare la terra senza costrutto.

Invece, permettere a ogni organismo di degradarsi e morire, e riprodursi, trasforma ogni possibile errore di riproduzione nella eventualità di generare un organismo un poco diverso, magari meno e magari più efficiente, o in grado di adattarsi a un ambiente diverso, di sfruttare forme diverse di energia per mantenersi e riprodursi, fino a popolare il pianeta di sempre nuove forme, capaci di trasformare l'energia del sole in ordine e cambiamento, anziché in sterile calore.

Viste così, la vita, l'evoluzione, la biodiversità, sono processi capaci di trasformare un pianeta – banale macigno freddo vagabondo nello spazio, scaldato da qualche stella che brucia fino a esaurirsi – in un mondo mutevole, vario, multiforme e vivace. Ma vita, evoluzione, biodiversità non si danno senza la morte: aspetto essenziale e connaturato, inevitabile e produttivo, per permettere l'ininterrotto rinnovarsi e adeguarsi della vita, del *bios*, la sua continua instancabile rinascita.

L'evoluzione permette dunque alla vita di vincere, grazie a questo differenziarsi in sempre nuove soluzioni: miriadi di specie capaci ognuna di sopravvivere e riprodursi, adattata al meglio al suo ambiente, con le sue specifiche condizioni fisiche e chimiche, e le sue possibili fonti di energia, così da infiltrare la vita fin nelle più oscure profondità del mare, nei crateri dei vulcani, sotto terra come in cima alle montagne più alte e gelide.

A rinascere, così, cambiando le sue forme, è la vita, sacrificando impietosamente i singoli soggetti di ogni specie nel gioco inflessibile dell'evoluzione e selezione naturale. Avrete provato a liberarvi dalle formiche che entrano in cucina dal terrazzo, o a curare una cistite resistente... Basta che una formica sopravviva alla disinfestazione, un batterio malnato sappia resistere all'antibiotico, e le colonie rinascono.

Ma la *vita* non poteva non seguire anche altre strade.

Biodiversità, sì. Ma anche un approccio diverso, quello della complessità.

Organismi semplici, con una limitata varietà di possibili risposte e comportamenti, possono sopravvivere come specie, in ambienti avversi o mutevoli, grazie alla variabilità tra gli individui: purché qualcuno sopravviva.

Viceversa, organismi più complessi possono garantire la sopravvivenza propria e della specie grazie a un'ampia varietà di comportamenti, che permettano di adeguarsi ad ambienti e situazioni diverse: si può vivere al polo, nel Sahara o in cima alle montagne, purché ci si copra più o meno, si sappia costruire un riparo, trovare acqua, trasportare il sale, procurarsi cibo.

Lo sviluppo di un sistema nervoso è il passo cruciale per generare un comportamento molteplice, variegato e mutevole, perché un organismo possa reagire adeguatamente a ogni stimolo e adattarsi alle più diverse situazioni.

Salendo nella scala zoologica, la complessità cresce e compare il cervello. Un centro di calcolo che permette di costruire una rappresentazione, via via più complessa e raffinata, della realtà, e di gestire un vasto e variegato assortimento di comportamenti: in alternativa alla sopravvivenza e rinascita di una colonia attraverso la decimazione dei meno adatti, compare la possibilità della sopravvivenza, dell'adattamento, della rinascita, sulla base di apprendimento e cambiamento.

Che c'entra tutto ciò con la sofferenza, i traumi, la disperazione, la morte nell'anima, con il coraggio e la forza di rinascere?

Nel cervello umano, sia stata l'Evoluzione o il Creatore a mettercelo, c'è qualcosa in più.

Nel cervello umano c'è il *tempo*.

C'è una rappresentazione della realtà che cambia, c'è una percezione di se stessi e del proprio sentire e agire, e della continuità nel tempo di questo sé, che cambia e ha la possibilità di cambiare la realtà.

C'è il *tempo* come territorio nel quale si dipanano emozioni e affetti; soddisfazioni e delusioni si alternano; sogni e progetti, nati nel passato, si proiettano verso futuri vicini o lontani.

C'è il *tempo* che trasforma ogni percezione e gesto in comportamento che non è solo *reazione* alla realtà, qui e ora, ma *azione*, momento della *mia* storia.

C'è il *tempo* come immenso campo d'azione, nel quale desideri e obiettivi personali, affettivi, sociali, economici, morali, estetici e trascendenti orientano strategie semplici e complesse, momentanee e a lungo termine, intersecate tra loro a guidare comportamento e pensiero.

C'è il *tempo* che delinea una vita vissuta, una storia di sé, degli altri e del mondo intorno, che cambia, e cambiano gli altri, e cambio io. Ogni emozione è una pennellata di colore, che altera la luce del quadro, ogni desiderio è un nuovo angolo visuale, che ne modifica la percezione, ogni gesto è un nuovo elemento, che ne cambia il senso.

Una vita vissuta, una storia di sé che non è la vita del corpo, che cresce, si rafforza, si ammala e guarisce, e poi invecchia e si indebolisce. Non è il *bios*, nulla più ha a che fare con la biologia: è metabiologia, siamo in un altro mondo, metafisico.

È una vita vissuta, una storia di sé che ci piace chiamare *anima*.

Tempo, dunque.

Ma c'è il tempo della vita, reale, là fuori, e c'è il tempo dell'anima.

Un tempo che si espande e contrae, evapora e svanisce o si ferma, esplose e lascia vuoto e languore, come quando l'aereo frettoloso insegue le vibrazioni, i rumori che getta davanti a sé, e corre fino a raggiungerli e superarli nel boato inaccettabilmente insensato del superamento del muro del suono. Oppure, danza pacato, elegante ed armonioso. Mentre una cadenza tiranna e incoercibile, lungo un binario angusto e rigoroso, inflessibile, lo vuota e lo riempie, il tempo dell'anima, e lo combatte e lo ruba e lo restituisce, lo colora lo canta e lo annebbia e lo mette a tacere.

Ma se il tempo organizza l'anima, non lo fa gratis.

C'è un pegno da pagare: la caducità, la fine, il termine, la morte.

Sarà pur vero che finché ci sei non c'è la morte, e quando c'è la morte non ci sei tu, e dunque nulla hai da temere. Ma scoprendo e conquistando il tempo, siamo venuti a sapere dell'inizio e della fine. E non stupisce che l'anima, vedendo il limite in tutto ciò che ci sta intorno, faticosi assai ad accettare che non solo lo spettacolo, ma lo spettatore, e l'attore, debbano finire.

Qualcuno fatica meno, grazie alla religione o alla filosofia.

Qualcuno sa trovare la via maestra, sapendo dare un senso a ogni momento della vita.

L'angoscia e la paura, di fronte all'idea che la vita stessa finisca, nascono dal dolore che abbiamo provato ogni volta che qualcosa ci è stato tolto. Talvolta hai l'impressione che l'anima sia squarciata da voragini profonde. Qualcuno sa o crede di sapere chi s'è portato via la terra, la carne, l'amore (il tempo?) che manca, molti non ne hanno idea. Più che voragini, forse sono pezzi di noi che si sono fermati (spesso irrevocabilmente, irreversibilmente, irrimediabilmente) in uno o nell'altro momento della nostra vita. Bloccati. Il loro tempo rimasto vuoto, e riempito in qualche modo di gioie affetti amicizie amori. Musiche interrotte, che spezzoni di canzoni e ritornelli – pure cari e suggestivi – non sostituiscono né tanto meno sanno riavviare.

Tempi interrotti dell'anima, della nostra storia, come tanti fili, che ne percorrono tratti più o meno lunghi. Talora abbastanza lunghi. Talora proprio no.

Tempi dolci e amari, esaltanti e sublimi, struggenti tracciano la nostra vita. Forse i vuoti più dolorosi sono dove si arrestano di colpo, in modo inatteso, invece di diradarsi e svaporare.

Nostalgia, rimpianto: fili che a volte si possono riannodare, ma più spesso no. Simboli gelosi che arricchivano il nostro immaginario, e non vogliono cedere il loro valore più grande. Legami che negano al rimpianto di evaporare in anelito.

Ogni lutto, abbandono, perdita, trauma, apre uno squarcio nell'anima, ne uccide una parte.

E l'anima, mutilata, può rannicchiarsi e soffrire, impotente. Amputata di un affetto, di un progetto, di una prospettiva, non sa come sopravvivere.

Eppure una colonia batterica saprebbe come rinascere. La *vita* non accetta di arrestarsi: qualcosa muore, altro cresce e si sviluppa. Come nessun macigno può arrestare il più misero rigagnolo di montagna, perché l'acqua troverà comunque la sua strada verso valle, così tagliando un ramo all'albero questo ne butterà altri, crescendo ancor più rigoglioso.

Ma dove sta la forza dell'acqua, nell'anima, qual è la linfa dell'anima, che, mutilata, la sostenga e le imponga di rinascere?

Forse vale la pena di parlare di qualcosa di bello, come l'amore.

Sempre che di amore si possa “parlare”, usando le parole per descrivere, e spiegare.

*Rapita
nello specchio dei tuoi occhi
respiro
il tuo respiro.
E vivo ... [Saffo]*

No, questo non *spiega*. Parlando d'amore, le parole possono solo suggerire, evocare.
Nel suo piccolo, Ivano Fossati canta

l'amore ... fa buona l'acqua.

Sacrosanto! perché l'amore è un esercizio di immaginazione, che fa vivere ogni sensazione, ogni gesto, ogni istante come se fosse diverso.

Ma proprio questo è ciò che ci distingue! Ciò che dal comportamento reattivo, dell'animale, guidato dal “qui e ora”, ci proietta verso una modalità altra di pensiero e di comportamento, *creativa, attiva*, guidata da un vissuto interiore che si dipana nel tempo tra bisogni, affetti, valori e sogni.

Un vissuto che in ogni istante reinterpreta il mondo sulla base della capacità metaforica e della versatilità simbolica dell'attività immaginativa, capace di arricchire e moltiplicare i significati e le valenze emotive, il *sensu* di ogni aspetto della realtà, esterna e interiore.

Forse proprio questa è la linfa dell'anima, la forza che le consente di riannodare fili interrotti, tesserne di sempre nuovi, rimarginare squarci e voragini.

L'immaginazione, la capacità di desiderare e trasformare – prefigurando, pregustando, immaginando – i desideri in progetti, che nutrano gli affetti, in azioni, che plasmino la vita.

Purché non ci rubino i sogni!

E se proprio ce li devono rubare, che ci resti però la capacità di immaginarne di nuovi.

L'anima, la coscienza, l'immaginazione trasformano la vita. Una vita che non è più ciò che ci succede, ma un gioco di introiezione e proiezione che plasma ciò che vediamo succedere là fuori e ciò che ci vediamo succedere dentro. Ogni cosa, ogni evento assume un senso che è il *nostro* senso, il nostro vissuto.

Come un pittore impressionista, trascuriamo dettagli sfocando la realtà, guidati da emozione sogno e desiderio, fino a rappresentarne il senso profondo – il senso che ha per noi – poco attenti alla precisione del particolare.

Come un pittore espressionista, accentuiamo nella realtà ciò che ci colpisce, ci muove, ci risuona nell'anima, e rappresentiamo un mondo e una vita che assomiglia più al nostro gioco di emozioni che a ciò che davvero c'è e avviene là fuori.

Insomma, la nostra vita non è ciò che ci succede, ma come la viviamo.

E la scriviamo così nella memoria, non sequenza di eventi ma raccolta di attimi di vissuto, ognuno colorato di desideri emozioni e progetti, ognuno interpretato dalla nostra immaginazione, che vi proietta la luce del passato e l'intuizione dei futuri possibili, costruendo così quell'immagine di sé nel tempo, quella storia, che ritocchiamo in ogni istante cambiandola un poco – ogni evento, ogni gesto, ogni emozione, ogni pensiero una nuova tacca che l'immaginazione scolpisce nella sua opera d'arte. E la nostra storia si arricchisce di ogni esperienza che abbiamo saputo colorare e trasfigurare nell'immaginazione, caricandola di affetto, emozioni, progetti, sogni.

Ecco dove sta il potere dell'amore.

L'amore è un esercizio di immaginazione. Tutto si trasfigura. Pregustare l'incontro con la persona amata è più gustoso di una tartina al caviale. Andare a far spese con la persona amata sa essere un'esperienza intensa quanto assistere all'alba sul mare, e far due passi in centro si trasforma in un viaggio meraviglioso...

È il potere dell'immaginazione la sorgente di luce che sa fare di questi momenti ricordi luminosi, indimenticabili, tracce di felicità nella nostra memoria, fonti di energia cui attingere quando le forze

vengono meno. È il potere della rilettura della realtà, non solo sulla base di sensazioni e emozioni, ma in relazione a desideri, sogni, progetti, anticipazioni, valori, ideali.

Il potere di una *immaginazione* che non è *fantasia* ma capacità di rileggere e reinterpretare secondo prospettive diverse, in cerca di sempre nuove armonie e intuizioni, il passato, il presente, i futuri possibili.

L'eroe non è turbato dalla morte, perché la sua immaginazione lo proietta in ambiti più elevati, dove c'è altro che conta ben più della vita e della morte, dove allo spirito pare di travalicare ogni limite fisico del sé, qui e ora.

Ancor prima di morire l'eroe ha già predisposto, realizzato e vissuto la sua rinascita...

Ecco dunque la linfa, che impedisce alla vita interiore di fermarsi: l'immaginazione, l'interpretazione creativa della vita, che trasforma ricordi e desideri in motivazioni e progetti, mille e mille in ogni momento. Forza molteplice e travolgente, come le formiche che non riesci a debellare, come la linfa che scorre e preme, e fa germogliare nuovi rami.

Forza inarrestabile, purché uno non la ingessi, fissandosi su un solo bisogno, un solo oggetto, un solo percorso.

Pare a volte di sentirsi schiavi delle emozioni che la vita ci impone, di dover subire impotenti le ferite che traumi e perdite ci infliggono. Eppure, siamo noi a colorare la vita di emozioni e darle un senso: spesso quell'impotenza è solo abitudine e rassegnazione, una paralisi dell'immaginazione, che ci inchioda a una prospettiva che ci sembra parte essenziale di noi, dalla quale ci pare di non poterci scostare.

Come un ruscello che, bloccato da un masso, si fermi rifiutandosi di cercar altre strade, come un albero che, potato un ramo, non tolleri l'offesa e tralasci di buttarne di nuovi, quasi che solo “quel” ramo gli permettesse di vivere...

C'è chi sostiene che il trauma più duro sia abbandonare l'utero e uscire alla luce, al frastuono, a un mondo che non tutela e non nutre senza sforzo e sofferenza.

Eppure lo chiamiamo *nascere*. E si festeggia. È il trionfo della vita.

Ma nascere è trovarsi obbligati a diventare un altro.

In una realtà diversa. Bisogni nuovi, necessità di nuove capacità ed energie inusitate e inattese.

Morte, mutilazioni, perdite e privazioni, sconfitte e delusioni, obbligano a ridisegnare la realtà, a cambiare sguardo.

Tutto finisce. Ma può restare l'amarezza della fine, o il ricordo dolce. Solo il dolore per ciò che si è perduto, oppure una nostalgia dolce che sa far rivivere i momenti intensi dell'esperienza. Fantasmi traditori o ricordi teneri. Relazioni rotte e amare, cariche di colpa e rancore per chi ci ha abbandonato, oppure immagini solari, ricche del vissuto di amore che le ha accompagnate.

E dunque, ridisegnare la realtà, cambiare sguardo.

Ma anche cambiare sguardo è, in un certo modo, diventare un altro: permettere che l'io che soffre apra nuove finestre sul mondo, si trovi illuminato di nuovi colori e avvolto da musiche nuove, e, guardandosi allo specchio, faticosi a riconoscersi, così diverso nella luce diversa, nelle armonie inattese, circondato da una realtà che appare diversa.

Potremmo chiamarlo *ri-nascere*.

(*) **Neurofisiologo o meglio, appassionato di neuroni**

Centro di ricerca in Neuroscienze, Università degli Studi dell'Insubria-Busto Arsizio (VA)

SISPI, Scuola Internazionale di specializzazione con la Procedura Immaginativa