Attualità

Il potere curativo dei rituali

Vivificare ed intendere nuovamente i rituali funerali

di Fritz Roth (*)

Intervento effettuato nel corso del Convegno internazionale “The Good Death and Bereavement” della IATS (Associazione Internazionale di Tanatologia e Suicidologia), tenutosi a Bologna nei giorni dall’8 all’11 giugno 2005.

I rituali possiedono un potere speciale, indipendentemente dal contesto in cui sono realizzati. Da quasi tutti coloro che li hanno vissuti o realizzati, i rituali vengono descritti come atti “sacri” e curativi. Anche se le azioni effettuate sembrano non aver senso per il nostro intelletto, le possiamo comprendere – nel significato purissimo della parola.

L’unica condizione è che i rituali devono coincidere con il nostro cuore, cioè devono essere realizzati con il cuore.

Il nostro intelletto conosce mille risposte per affrontare la perdita e la morte. Ma tutte le nostre domande, i nostri sentimenti, il nostro dolore e la nostra nostalgia richiedono – davanti a tale perdita irrecuperabile – qualcosa in più, qualcosa diverso. Le emozioni richiedono del movimento, delle azioni. Magari ci possono aiutare a cambiare il nostro pensiero dominato da secoli dalla frase “*Cogito, ergo sum*” e poter arrivare a una “*Credo, ergo sum*”. Ma ciò significa che dobbiamo recuperare i rituali, e soprattutto che li dobbiamo “comprendere” e non delegarli ai “ritualisti esperti”.

Ogni morte può essere comparata ad un’amputazione. La persona afflitta non sa più andare avanti, perde l’equilibrio, affronta i sentimenti più tristi. In tali situazioni non aiutano dei consigli dati con buona intenzione che a volte purtroppo non servono a niente, anzi possono addirittura offenderci. In questa situazione anche l’uomo più valoroso e la donna più coraggiosa hanno bisogno di “stampelle” che possono aiutarli a camminare di nuovo, dei mezzi ausiliari per imparare a ritrovare l’equilibrio ed il proprio passo – invece di rimanere spaventati ed immobilizzati.

Spazio, tempo e valore per l’espressione

Tali “stampelle” o rituali sviluppano un’efficacia più forte se sono vissuti nell’ambito conosciuto, quotidiano. E cosa potrebbe essere più intimo che non il luogo dove prima si celebrava la vita? Ed i luoghi dove si vive e si festeggia la vita, i luoghi

che aiutano allo sviluppo della vita, sono anche idonei per le ore più difficili della vita. Purtroppo, nella nostra società moderna mettiamo la morte ed il confronto con essa in un luogo sterile ed ostile alla vita e poi ci meravigliamo se le persone in lutto ci rimangono immobilizzate.

I rituali hanno bisogno di tempo. Perché tutto ciò che succede con premura evita che possiamo renderci conto dei propri sentimenti e dei propri bisogni, cioè indebolisce l’effetto delle azioni. I rituali hanno bisogno di tempo, del tempo per aver coraggio, del tempo per aver fiducia.

In questo contesto vorrei incoraggiare le persone in lutto: Tenete i vostri morti a casa vostra o portateli a casa se si trovano in un ospizio -anche contro tutte le disposizioni legali, contro i consigli pronunciati da parte di certi professionisti, o da amici e parenti. Prendete oppure esigete il periodo di cui Voi avete bisogno per il congedo della persona morta – senza accettare compromessi. Fidatevi della propria voce interna perché le persone in lutto lo sanno istintivamente quando è arrivato il tempo per lasciare la salma.

Nei luoghi conosciuti e con sufficiente tempo, a volte con un po’ d’aiuto, le persone in lutto sanno esprimere i loro sentimenti in maniera positiva, farli diventare dei rituali e comprendere persino il significato vero della parola “termine”. Forse aiuta anche il pensiero che il lutto è come l’amore. Il lutto presuppone sempre una relazione, una relazione con tutte le sue faccette da odio fino all’affetto più inti-

mo, dall'offesa fino alla nostalgia. L'amore non ha bisogno di concetti e di disposizioni, perciò deve essere espresso per se stesso. Il lutto è come l'amore: quanto più individuale e personale l'espressione, tanto più liberatore e vivificante l'effetto.

Il volto onesto del lutto – l'amore

I rituali non sono spettacolari. Sono proprio semplici. Si trovano nelle nostre sensazioni ed impressioni, e le loro radici risalgono al nostro passato. Il rituale centrale che può generare i rituali più differenti è il congedo. Come nella vita quotidiana il saluto è il centro della vita sociale umana, l'ultimo addio alla persona morta è assai importante per le persone che restano.

Questo addio è l'inizio d'un processo a cui alla fine uno si rende conto del fatto che la morte non è la fine, ma una transizione e con ciò l'inizio d'un'unione differente, eterna ed indistruttibile con la persona defunta.

Il primo rituale per rendersi conto della differenza fra "vivo" e "morto" è toccare il cadavere.

Accarezzare per un'ultima volta i capelli, toccare nuovamente le guance della persona amata – anche ora che sono diventate fredde. Dire l'ultimo "Ti voglio bene!" Anche se ci pare strano, così uno si avvicina lentamente alla realtà immutabile. L'effetto è ancora più forte se i parenti prossimi stessi vestono i loro morti scegliendo i vestiti che a loro piacevano quando erano ancora in vita.

È segno d'un profondo rispetto se la salma è messa in un recipiente che è stato costruito o ornato dalla persona che è partita. Può anche essere di gran aiuto se facciamo rivivere le nostre relazioni con il defunto mediante simboli, immagini o oggetti sulla bara prima di lasciarlo partire per sempre. Per l'ornamentazione della cassa può aiutarci la presenza di bambini o giovani perché il loro atteggiamento disinvolto verso la morte può incoraggiare noi adulti.

Qualcosa di molto personale sono le offerte messe nella cassa da morto. Si tratta di tracce, di ricordi, sono i testimoni d'una vita che è stata vissuta. Dovrebbero essere permesse anche quando la salma viene incenerita. Infatti è possibile nei nostri paesi vicini. E se i crematori tedeschi non lo ammettessero, darei il consiglio di pensare in modo europeo e di rivolgersi a un crematorio in un paese vicino.

Anche la realizzazione di un annuncio mortuario individuale può aiutare ad assimilare l'esperienza

della morte. Ma anche per questo ci vuole un po' di tempo. Come anche l'integrazione adeguata dei parenti e degli amici del defunto che deve prendere in considerazione tutte le persone presenti al funerale. La forza, l'affetto e l'aiuto che la famiglia del defunto riceve con le condoglianze personali da coloro che partecipano al funerale – in forma di piccoli discorsi, ultimi addii, fiori sparsi qua e là intorno alla cassa/urna, piccole esecuzioni musicali personali o altre cose del genere – è un'esperienza unica che illustra il potere curativo di tali gesti e rituali.

Se alla fine della cremazione ogni invitato accende una candela e la posa sulla cassa con una certa sensazione o un pensiero al defunto, questa luce può anche illuminare le anime offuscate dal lutto e significa luce e speranza per i giorni difficili da affrontare.

Chiudere il coperchio della cassa da morto con le proprie mani, consegnare la cassa o l'urna personalmente alla terra, qui si cede simbolicamente e coscientemente. E si tratta anche di una fine molto umana della vita terrena. E come all'inizio della vita siamo stati benvenuti da mani affettuose, siamo anche sepolti da mani benevoli. Così si chiude il cerchio della nostra vita in comunità.

Ha anche gran potere rituale la scelta del luogo della tomba e la sua ornamentazione.

Oggi giorno purtroppo cediamo il nostro potenziale creativo alle norme e disposizioni valide, sul cimitero e perché siamo obbligati a scegliere il cimitero come luogo di sepolcro. Perché non possiamo seppellire un deceduto in un lago o nel suo luogo preferito? Perché non scegliere ed adornare questo luogo insieme alla persona che morirà?

Ogni cerchio un giorno si chiuderà. I rituali qui descritti sono solamente delle possibilità, delle idee per le persone che devono vivere con la perdita di una persona amata o per coloro che vogliono affrontarsi a tempo al fatto della propria morte o di persone vicine. Magari questi rituali sono le prime "stampelle" in una società impoverita di rituali. Magari ci danno il valore necessario per poter ascoltare la propria voce interna e di vivere ciò che si ascolta. Non tutti hanno questo coraggio – e questo non dovrebbe essere un problema – e per quelli che hanno bisogno d'aiuto ed appoggio ci siamo noi, l'accademia privata di lutto Pütz-Roth, e molte altre persone.

(*) *Funerali e Cultura del lutto Pütz-Roth*